المركز القومى للترجمة

لورانس أ. برافين

علم الشخصية

الجزء الثانى

ترجمة

عبدالحليم محمود السيد

أيمن محمد عامر

محمد يحيى الرخاوى

مراجعة

عبدالحليم محمود السيد

المشروع القومى للترجمة

علي مولا

1635

المركز القومى للترجمة
إشراف : جابر عصفور

- العدد : 1635
- علم الشخصية (ج٢)
- لورانس أ. برفين
- أيمن محمد عامر
- محمد يحيى الرخاوى
- عبد الحليم محمود السيد
- الطبعة الأولى 2010

هذه ترجمة كتاب :

The Science of Personality

by Lawrence A. Pervin

"Copyright © 2003 by Oxford University Press, Inc."

"This translation of The Science of Personality, Second Edition, originally published in English in 2003, is published by arrangement with Oxford University Press, Inc".

صدر هذا الكتاب باللغة الإنجليزية سنة ٢٠٠٣ وتصدر هذه الترجمة العربية بالتنسيق مع قسم النشر بجامعة أكسفورد .

حقوق الترجمة والنشر بالعربية محفوظة للمركز القومى للترجمة .

شارع الجبلاية بالأوبرا - الجزيرة - القاهرة . ت: ٢٧٣٥٤٥٢٤ - ٢٧٣٥٤٥٢٦ فاكس: ٢٧٣٥٤٥٥٤

El-Gabalaya St., Opera House, El-Gezira, Cairo

e.mail:egyptcouncil@yahoo.com Tel: 27354524 - 27354526 Fax: 27354554

علم الشخصية

(الجزء الثاني)

تأليف: لورانس أ. برفين

ترجمة

عبد الحليم محمود السيد　　　　أيمن محمد عامر

محمد يحيى الرخاوى

مراجعة: عبد الحليم محمود السيد

2010

بطاقة الفهرسة
إعداد الهيئة العامة لدار الكتب والوثائق القومية
إدارة الشئون الفنية

برفين ، لورانس أ .
علم الشخصية (الجزء الثانى) تأليف : لورنس أ. برفين
ترجمة : عبد الحليم محمود السيد ، أيمن محمد عامر ، محمد
يحيى الرخاوى - مراجعة : عبد الحليم محمود السيد -
ط١ القاهرة : المركز القومى للترجمة ، ٢٠١٠
٥٨٨ ص ، ٢٤ سم
١ - الشخصية (فلسفة) .
(أ) العنوان ١٤١.٥
رقم الإيداع ١٧٢٣٤/ ٢٠١٠
الترقيم الدولى 978-977-704-286-4
طبع بالهيئة العامة لشئون المطابع الأميرية

تهدف إصدارات المركز القومى للترجمة إلى تقديم الاتجاهات والمذاهب الفكرية المختلفة للقارئ العربى وتعريفه بها ، والأفكار التى تتضمنها هى اجتهادات أصحابها فى ثقافاتهم ، ولا تعبر بالضرورة عن رأى المركز .

المحتويات

الجزء الثالث: مواضيع في بحوث الشخصية

الفصل السابع: اللاشعور

نظرة عامة على الفصل........................ 19

أسئلة يجيب عنها هذا الفصل........................ 19

مقدمة........................ 21

ظواهر توضيحية........................ 25

١- الإدراك تحت عتبة الشعور........................ 25

٢- الذاكرة الضمنية........................ 26

٣- الظواهر التفككية........................ 27

٤- الإبصار الأعمى........................ 28

٥- التنويم الصناعي........................ 29

٦- الاستماع تحت الشعوري........................ 29

٧- أن نقول أكثر مما نعرف........................ 30

٨- التشريط دون وعي........................ 31

٩- العمليات الآلية الروتينية........................ 33

١٠- الكبت........................ 34

١١- التفكير اللاشعوري الضمني........................ 35

نظرة تاريخية مختصرة........................ 37

اللاشعور الدينامي في التحليل النفسي........................ 40

أدلة على الآليات الدفاعية........................ 50

شرح اللاشعور الدينامي........................ 55

اللاشعور المعرفي........................ 57

المحتويات

الجزء الثالث: مواضيع فى بحوث الشخصية

الفصل السابع: اللاشعور

نظرة عامة على الفصل.. 19

أسئلة يجيب عنها هذا الفصل.. 19

مقدمة.. 21

ظواهر توضيحية.. 25

١- الإدراك تحت عتبة الشعور.. 25

٢- الذاكرة الضمنية.. 26

٣- الظواهر التفككية.. 27

٤- الإبصار الأعمى.. 28

٥- التنويم الصناعى.. 29

٦- الاستماع تحت الشعورى.. 29

٧- أن نقول أكثر مما نعرف.. 30

٨- التشريط دون وعى.. 31

٩- العمليات الآلية الروتينية.. 33

١٠- الكبت.. 34

١١- التفكير اللاشعورى الضمنى.. 35

نظرة تاريخية مختصرة.. 37

اللاشعور الدينامى فى التحليل النفسى.. 40

أدلة على الآليات الدفاعية.. 50

شرح اللاشعور الدينامى.. 55

اللاشعور المعرفى.. 57

التأثير اللاشعورى فى التذكر والإدراك........................ 60
التأثير اللاشعورى علـــى الانفعـــالات والاتجاهـــات والـــسلوك تجـــاه
الآخرين.. 62
تكوينات الإتاحة المتواصلة... 69
مقارنة بين كل من المنظور الدينامى والمعرفى للاشعور............. 72
تضمينات استخدام مقاييس التقرير الذاتى.............................. 79
المفاهيم الأساسية 87
ملخص الفصل.. 89

الفصل الثامن: مفهوم الذات

نظرة عامة على الفصل.. 93
أسئلة يتناولها هذا الفصل.. 93
مقدمة... 95
لماذا ندرس مفهوم الذات؟.. 95
موجات ازدهار وهبوط الاهتمام بالذات: منظور تاريخى............. 97
ارتقاء الذات... 101
الذات كموضوع منفصل عن الأفراد والموضـــوعات الأخـــرى إدراك
الذات... 102
ارتقاء الوعى بالذات... 104
ملخص المنظور الارتقائى.. 108
ثلاث وجهات من النظر حول بناء الذات............................... 109
نظرية كارل روجرز الظاهراتية... 109
مفهوم التحليل النفسى عن الذات.. 113
مدرسة سوليفان بين الشخصية للطب النفسى............................ 114
نظرية العلاقة بالموضوع.. 114
الرؤية المعرفية الاجتماعية للذات...................................... 119

العمليات الدافعية المتصلة بالذات تحقيق الذات وتعزيز الذات.......... 130
مقارنة بين الرؤى المعرفية الاجتماعية والرؤى التحليلية عن الذات..... 139
الفروق الفردية فى الذات وفى عملياتها........................ 141
مفهوم كفاءة الذات لباندورا.............................. 141
نظرية التحكم لكارفر وشاير والوعى بالذات الخاصة مقابل الذات العلنية.. 147
نظرية موجهات الذات لهجن............................ 151
تقدير الذات.................................... 158
الذات وعلم الأعصاب.............................. 165
الثقافة و الذات.................................... 169
تأملات أخيرة حول الذات............................ 174
المفاهيم الأساسية................................. 176
ملخص الفصل.................................... 178

الفصل التاسع: المسار من التفكير إلى الفعل

نظرة عامة على الفصل 183
أسئلة مثارة فى هذا الفصل............................ 183
مقدمة.. 185
سلوك الاختيار العقلى: التوقع × نظرية القيمة.............. 188
نموذج تولمان للسلوك الغرضى........................ 188
بحوث ليفين عن مستوى الطموح......................... 189
نموذج روتر لقيمة التوقع........................... 191
ركود السلوك وتدفقه: نحو نظرية للأهداف.................. 193
الأهداف وتنظيم الذات والفعل: برامج بحثية.............. 205
نموذج باندورا لمعايير الأهداف وتنظيم الذات 206

المشاريع الشخصية، والكفاحات الشخصية، ومهام الحياة........... 215
بحوث " ليتل " حول المشاريع الشخصية.......... 216
بحوث " إيمونز " حول الكفاحات الشخصية.......... 219
الشعور الذاتي بحسن الحال.......... 224
الصراع والتناقض الوجداني.......... 225
الكفاحات الشخصية والسمات.......... 227
بحوث " كانتور " حول مهام الحياة.......... 228
أهداف الإقدام- الإحجام، والتركيز على التقدم – الإعاقة.......... 235
عناصر مشتركة، وفروق، وأسئلة لم تتم الإجابة عنها.......... 240
تقسيمات في تنظيم الذات ومشكلة الإرادة الحرة.......... 242
المفاهيم الأساسية.......... 248
ملخص الفصل.......... 250

الفصل العاشر: الانفعال والتكيف والصحة

نظرة عامة على الفصل.......... 255
أسئلة سيتناولها هذا الفصل.......... 255
مقدمة.......... 257
الوجدان داخل سياق النظرية التقليدية للشخصية.......... 259
نظرية التحليل النفسي.......... 259
النظرية الظاهراتية (الفينومينولوجية) كارل روجرز.......... 260
نظرية السمات.......... 261
النظرية المعرفية الاجتماعية ومعالجة المعلومات.......... 262
دور محوري للوجدان في الشخصية.......... 263
نظرية الانفعالات الأساسية.......... 265
نسقان للدافعية – الانفعال.......... 271
بيولوجية الانفعال.......... 274

الثقافة والانفعال.. 276
تنظيم الانفعال، والتعايش مع المشقة والتكيف.................... 278
تنظيم الانفعال.. 279
المشقة والتكيف.. 282
التعايش وآليات الدفاع.. 288
الانفعال والتكيف والصحة.. 293
التفاؤل والصحة: قوة التفكير الإيجابى.............................. 295
العصابية والوجدانية السلبية.. 302
قمع الأفكار والانفعالات مقابل التعبير عنها.......................... 305
بحث وجنز عن آثار قمع التفكير..................................... 306
دراسة بينيباكر عن آثار كف الانفعال والإفصاح عنه.................. 312
المفاهيم الأساسية.. 322
ملخص الفصل.. 323

الفصل الحادى عشر: الأداء الوظيفى غير التكيفى للشخصية وعمليات التغير

نظرة عامة على الفصل.. 327
أسئلة سيجيب عنها هذا الفصل...................................... 327
مقدمة.. 329
الوصف والتفسير ووصفة العلاج..................................... 329
نظرية السمة.. 332
نظرية السمة لأيزنك.. 332
نموذج العوامل الخمس واضطرابات الشخصية.......................... 334
تطبيقان توضيحيان.. 335
تطبيقات تتصل بالسلوك النفسى الاجتماعى المضطرب بين النحن
والآخرين.. 337

الوصف والتفسير والعلاج ونموذج العوامل الخمسة.......... 339
نموذج السمات واضطرابات الشخصية: ملخص.......... 341
نظرية التحليل النفسى.......... 342
المرض النفسى.......... 342
نظرية العلاقة بالموضوع.......... 345
اضطراب الشخصية النرجسية: مقارنة بنظرية السمة.......... 346
العلاقة بالموضوع، والتعلق، والاكتئاب.......... 348
التغير العلاجى.......... 352
الوصف والتفسير والعلاج والنموذج التحليلى.......... 356
مناحى معالجة المعلومات المعرفية الاجتماعية.......... 358
نظرية البناء الشخصى لكيلى.......... 359
النظرية المعرفية الاجتماعية لباندورا.......... 362
النظرية المعرفية والعلاج المعرفى لبك.......... 365
بحوث نتائج العلاج.......... 372
العلاج المعرفى الماضى والحاضر والمستقبل.......... 375
الآليات المعرفية الاجتماعية فى المرض النفسى.......... 376
الوصف والتفسير والعلاج والنموذج المعرفى.......... 380
قضايا تتصل بتحليل الأداء غير التكيفى والتغير العلاجى.......... 382
الموقف وخصوصية المجال.......... 382
أداء النسق.......... 382
تأكيد التأثيرات اللاشعورية.......... 383
المعرفة والوجدان والسلوك.......... 384
التغييرات الناتجة وعمليات التغير.......... 385
مقارنة النماذج البديلة.......... 388
الأوجه البيولوجية والثقافية للأداء غير التكيفى فى الشخصية والتغير العلاجى.......... 390

المفاهيم الأساسية 395
ملخص الفصل.. 397

الفصل الثانى عشر: تقديرالشخصية

نظرة عامة على الفصل.. 401
الأسئلة التى يحاول الفصل الإجابة عنها 401
مقدمة.. 403
تقدير فريق مكتب الخدمات الاستراتيجية للشخصية للأفراد............ 404
أنواع بيانات الشخصية 411
عودة إلى لاهتمام بالثبات والصدق...................................... 415
بعض الأسئلة المرتبطة بتقدير الشخصية 424
العلاقات القائمة بين التقديرات الذاتية وتقديرات المشاهدين 424
إمكان الخداع أو التزييف.. 430
علاقة الخيال بالسلوك: علاقة المقاييس الصريحة بالمقاييس الضمنية. 434
النفع العملى والقدرة على التنبؤ 440
التنوع وتقدير الشخصية 448
العلاقة بين نظرية الشخصية وقياس الشخصية.............................. 453
المفاهيم الأساسية.. 461
ملخص الفصل.. 463

الفصل الثالث عشر: خاتمة

قضايا حالية، وتوقعات لعلم الشخصية

نظرة عامة على الفصل 467
تعريف الشخصية.. 468
استراتيجيات البحث.. 470
النوعية – فى مقابل– العمومية 473

الطبع والتطبّع أو الموزثات والثقافة.. 475
المطاوعة – التثبيت، والاستقرار – التغيير 479
مدى الملاءمة وتركيز الملاءمة: القيد والدقة.................................. 481
الجوانب الاجتماعية والسياسية للشخصية: النظرية والبحث........... 483
مجالات حالية للاهتمام.. 487
توقعات للمستقبل... 490
ملخص الفصل.. 492
المراجع 495

الجزء الثالث

مواضيع فى بحوث الشخصية

لدينا الآن فرصة للنظر فى مختلف استراتيجيات البحث، ووحدات الشخصية، ومسائل تتصل بمحددات الشخصية وارتقائها.

وفى هذا القسم نرجع إلى بحوث الشخصية فيما يتصل بمواضيع نوعية أكثر منها مواضيع متسقة أو قضايا عامة. المواضيع المختارة تمثل مناهج البحث فى الشخصية التى تلقى حاليًا أكبر اهتمام. ومع ذلك فقد بذلت محاولة للتركيز على مناطق لها دلالة بعيدة المدى أكثر من التركيز على مناطق يتضاءل الاهتمام بها. وهذا بالطبع قرار يصعب اتخاذه. ونعلم أن المناطق التى يتضاءل الاهتمام بها (أو غير ذات القيمة) فى بحوث الشخصية مثلها مثل المناطق الأخرى للبحث. فمثلاً عُرفت الخمسينيات من القرن العشرين بأنها تمثل عقد (الـ A A A أى)، حيث تميز بنسبة هائلة من بحوث الشخصية تركز على مفاهيم: الإنجاز[١]، والتسلطية[٢]، والقلق[٣]، ولم يعد أى منها موضع تركيز حالى مثلما كان فى هذه المدة. ومن ثم لم يخصص فصل خاص لأى من هذه المفاهيم. وكذلك فإن تحديد أى مواضيع البحث الحالى سيضمَّن فى كتاب عن الشخصية بعد أربعين سنة من الآن، أمر يحتاج الانتظار.

وفى الوقت نفسه، فإن المواضيع المختارة تمثل جهدًا للإحاطة بكل من: ما يميز البحوث التى تجرى حاليًا، وما يتوقع أن تكون له دلالة بعيدة المدى. وللتوفيق بين هذين الجانبين، فإننى حاولت الرجوع بانتظام إلى مناحى البحث ووحدات الشخصية التى كانت موضع اهتمام سابق.

وفى الفصول التالية سنبدأ بما أرى أنه قضية أساسية عبر كل بحوث الشخصية: ما درجة أهمية الجوانب اللاشعورية فى أداء شخصيتنا وكيف يمكن قياسها؟ وقد تم تجاهل هذا الموضوع فى الميدان لزمن طويل، رغم أن مفهوم

---

(١) Achievement
(٢) Authoritaianism
(٣) Anxiety

اللاشعور كان يُؤكد عليه من المحللين النفسيين. أما اليوم فإنه يوجد اهتمـــام كبيـــر بالبحوث فى هذه المنطقة، من منظور التحليل النفسى، وعلم النفس المعرفى، وعلم النفس الاجتماعى، وعلم الأعصاب. ومن مفهوم اللاشعور نتحرك لنتناول مفهـــوم الذات. ما الذى يمكن أن يكون مركزيًّا للشخصية أكثر من الطرق التى نرى بهـــا أنفسنا؟ ومع ذلك -كما سنرى فى الفصل الثامن- فإن علماء النفس لديهم على مدى السنوات اهتمام يتفاوت زيادة ونقصانا بمفهوم الذات. يضاف إلى هذا أننا بدأنا فـــى النظر فى دلالة الفروق الثقافية التى توجد فى كيف نفهم الشخصية والأهمية التـــى تعطى لها فى المجتمع. يضاف إلى هذا أن علماء الأعـــصاب كرّســـوا جهـــودهم لاكتشاف الأسس العصبية للشعور بالذات. وفى الفصل التاسع عدنا إلـــى مفهـــوم الدافع ونظرنا فى مسألة كيف يتحرك الأشخاص من التفكير فى شىء إلـــى عمـــل شىء. أى من الأفكار والخطط إلى الفعل. وكما لاحظنا من قبل فى الكتاب، فـــإن التركيز على العمليات المعرفية كان جزءًا من الثورة المعرفية، ومع ذلك فبمـــرور الوقت تحول الاهتمام من المعرفة الخالصة إلى كيف ترتبط المعرفة بعمليات مثـــل الدافعية والوجدان، وتحوُّل الانتباه إلى تحرك الشخص من التفكير إلى الفعل يعبـــر عن هذا التغيير. والمواضيع التى تناولها الفصل العاشـــر أى الانفعـــال والتكيـــف والصحة تعبر أيضًا عن هذا التغيير. وفى هذا الفصل ستكون لدينا فرصة للنظر فى دور الانفعال فى أداء الشخصية. يضاف إلى هذا أننا سنعرض بحوثًا حول كيـــف يواجه الأشخاص المشقة، وتضمينات هذه الجهود بالنسبة لحـــسن حـــالهم النفـــسية والجسمية. وفى الفصلين الباقيين من هذا الجزء سنعرض لطبيعة الأداء النفسى غير التكيفى، وعمليات التغير العلاجى، ثم لقضية تقدير الشخصية.

كانت هذه إذن نظرة شاملة واسعة لما سوف يحدث. واليوم يوجد نشاط فـــى مجال علم نفس الشخصية، والفصول التالية تعطى شعورا بحيوية واتساع البحـــث الحالى فى الميدان.

الفصل السابع*

اللاشعور

* ترجمة د. محمد الزخاوي

نظرة عامة على الفصل:

نتناول في هذا الفصل مدى متسعًا من الظواهر المتنوعة التي توحي أن الأشخاص لا يعون -أحيانًا- التنبيهات الداخلية والخارجية التي تؤثر في الطريقة التي بها يفكرون أو يشعرون أو يسلكون. ورغم من أن هذا الموضوع لا يلقى اتفاقًا عامًا حوله حتى الآن؛ فإن معظم علماء الشخصية يقبلون فكرة وجود هذه التأثيرات اللاشعورية. نتناول هنا الدليل على وجود مثل هذه التأثيرات، إلى جانب أهميتها فيما يتعلق بأهداف البحث في الشخصية بشكل عام.

أسئلة يجيب عنها هذا الفصل:

(١) ما الذي يعنيه مفهوم اللاشعور؟

(٢) ما الدلائل على تأثير العمليات اللاشعورية على أفكارنا ومشاعرنا وسلوكاتنا؟

(٣) كيف يتباين مفهوم اللاشعور، كما تفترضه النظريات المعرفية، عن ذلك الذي تفترضه نظرية التحليل النفسي؟

(٤) إذا وافقنا على أهمية العمليات اللاشعورية؛ فما متضمنات تلك الموافقة على ما يخص استخدام البيانات المؤسسة على التقارير الذاتية في بحوث الشخصية؟

مقدمة

وصلنا الآن إلى أول الفصول التى تتصل بمواضيع البحث فى الشخصية ونبدأ بموضوع تتزايد أهميته وتعقده هو: اللاشعور. إن وجهة النظر التى تم تبنيها هنا هى أن هذا الموضوع مركزى لبحثنا فى الشخصية وفهمنا لها. فى الواقع، سيكون من الصعب إنجاز تقدم دال فى المجال إلى أن تكون لدينا طريقة لتقدير أهمية العمليات اللاشعورية للأداء النفسى للأفراد، فبينما كان دور العمليات اللاشعورية فى عمل الشخصية موضع تساؤل فى وقت من الأوقات، نجد اليوم أن ثمة اتفاقًا حول أن كثيرًا من هذا العمل يحدث دون اختيار واع، وأن جزءًا من سلوكنا يحدث فعلاً بطريقة تتعارض مع ما نرغب فيه على المستوى الواعى (Banaji, 2001; Bargh & Ferguson, 2000). و لمفهوم اللاشعور أهمية قصوى على كل من المستويين النظرى والمنهجى. فمن زاوية نظرية لدينا فى علم الشخصية وجهات نظر شديدة التباين فيما يخص أهمية الظواهر اللاشعورية. فلننظر إلى افتراض فرويد Freud بأنه "تعيشنا" قوى مجهولة، لاشعورية، وأحيانًا لا يمكن التحكم فيها أو ضبطها، وكذلك افتراضه أنه "لا ينجز التحليل النفسى(١) شيئًا، ولا يسعى إلى شىء أكثر من اكتشاف اللاشعور فى الحياة العقلية: (1924, P. 397).

قارن هذه النظرة بنظرة ألبرت باندورا Albert Bandura المُنظِّر الاجتماعى المعرفى: "بينما لا يعى الأشخاص تماما كل أوجه تفكيرهم، فإن تفكيرهم – أيضا– ليس لاشعوريًا جدا. إذ يعرف الأشخاص، على وجه العموم، ما يفكرون فيه (1986, P. 125). لدينا هنا منظوران مختلفان فيما يتصل بأهمية الظواهر اللاشعورية فى عمل الشخصية. إن الاختلافات عميقة لدرجة أنها تعكس فروقًا وتباينات أساسية فى النظرة للطبيعة الإنسانية، كما أنها تؤدى إلى الاهتمام بأنواع

---

(١) Psychoanalysis

متباينة من الظواهر تتم دراستها بطرق متباينة: فيؤكـد فرويـد أهميـة الدراسـة الإكلينيكية للأحلام، بينما يؤكد باندورا أهمية الفحص التجريبى(١).

يؤدى هذا إلى موضوع مهم آخر، وهو متضمنات المناظير المتباينة للاشعور التى تؤثر فى البحث العلمى. سوف نتناول هذا الموضوع بمزيد من التفصيل لاحقًا فى هذا الفصل. ومع ذلك، نستطيع الإشارة الآن إلـى أن نظريـة فرويـد تؤكـد اللاشعور بشدة، ولا تضع ثقة كبيرة فى التقارير الذاتية التى يضعها الأشخاص عن أفكارهم ومشاعرهم، وربما حتى عن سلوكاتهم فإذا كانت هنـاك قـوى مجهولـة "تعيشنا"، فإلى أى مدى يمكننا الرهان على ما يقول الأشخاص إنهم يفكرون فيه أو يشعرون به أو يفعلونه؟ من ناحية أخرى نستطيع ملاحظة أن منظور باندورا سوف يسمح باستخدام بيانات التقارير الذاتية، بل إنه يشجع على ذلك؛ فإذا كان الأشخاص يعرفون، بوجه عام، ما يفكرون فيه؛ فإن لنا أن نثق فيمـا يقولونـه ممـا يخـص أفكارهم. وإذا كان ذلك كذلك، يصبح استخدام مثل هذه البيانات فى دراسة العلاقات بين الأفكار والمشاعر والأفعال استخدامًا ذا معنى.

وبالإضافة إلى أهمية اللاشعور لكل من النظرية والبحث العلمى، فإن منظور المرء لهذا اللاشعور ينطوى على متضمنات أخلاقية وقانونية مهمـة. فيمكننـا أن نتساءل، من موقف أخلاقى: إلى أى مدى يمكن تحميل الأشخاص مسئولية سلوكهم إذا كان هذا السلوك محكومًا بقوى غير معروفة، ولا يمكن التحكم بها أو ضبطها؟ هل يمكن محاسبة المرء على شىء لم "يقصد" أن يأتيه، إذا كنا نعنى بالـ "قـصد" قرارًا شعوريًا بفعل هذا الشىء؟ هل يغيّر قول أحدهم "أنا لم أعن فعل ذلـك، لقـد فعلته لاشعوريًا" من استجابتنا للفعل نفسه؟ فإذا كان يغير استجابتنا؛ فكيف نفرق بين الشخص الذى فعل شيئًا لأسباب غير قصدية أو غير شعورية "حقًا"، وذلـك الـذى "يستخدم" هذا الشرح كمبرر أو عذر. إذا "نسى" أحد الأشخاص أن يفعل شيئًا كـان

(١) Experimental Investigation

قد وعد به، كيف يمكننا أن نفصل فيما إذا كان هذا النسيان راجعًا لكون ذهنه محملا بأكثر مما يجب، أو لرغبة لاشعورية فى عدم الوفاء بالوعد، أو لقرار واع بألا يفى به وأن يعتذر بأنه نسى.

تنطبق المشكلات نفسها بالضبط فى المواقف القانونية. فكثيرًا ما يكون على هيئة المحلفين أن تقرر إذا كانت الجريمة قد ارتكبت عن قصد، حيث يساوى القصد الوعى. كذلك فإن على المحلفين أن يصدروا أحكامًا خاصة بالدقة، حيث تتعارض الدقة مع التشويه[1] الذى يحدث فى ذاكرة الأشخاص. يمكن أن تمثل هذه الأحكام إشكالية خاصة حين تفصل مدة طويلة بين الحدث الأصلى واستعادة الذاكرة له، وكذلك عندما يتعلق الأمر بأحداث ذات دلالة انفعالية كبيرة. هل كانت هذه الذكريات "مدفونة" فى اللاشعور؟ هل يمكن لأحد أن ينسى حدثًا ذا دلالة كبيرة لعدد من السنين ثم يعود ليتذكر ما كان قد نسيه؟ تبرز مثل هذه المسائل بتكرار أعلى فى قضايا الإساءة الجنسية فى الطفولة[2]؛ ففى قضية تناولها الإعلام بكثافة، تعرض رجل للمحاكمة بتهمة قتل فتاة قبل ٢٠عامًا، حيث كان الدليل الأقوى هو استعادة ذاكرة ابنته للحدث.

وباستخدام هذه القضية بوصفها خلفية لمناقشة واقعية الذكريات المكبوتة، دفع أحد السيكولوجيين الخبراء فى الذاكرة وفى شهادات شهود العيان بالتساؤلات التالية: إلى أى مدى يشيع كبت[3] ذكريات الإساءة إلى الأطفال[4]؟ ما التفاعل المتوقع من المحلفين والقضاة تجاه هذه الادعاءات الخاصة بالذكريات المكبوتة، وعندما تطفو الذكريات على السطح؟ وعلى أى شكل تبدو؟ وإلى أى مدى يمكننا الوثوق فى هذه الذكريات؟ (Loftus, 1993, p. 518).

Distortion (١)
Childhood Sexual Abuse (٢)
Repression (٣)
Child Abuse (٤)

لنتفحص، باختصار، موقفا قانونيا أخيرا: هل من الممكن أن يتأثر سلوك الأشخاص برسائل تصلهم عبر لاشعورهم، أو كما تسمى في المجال، من تحت عتبة شعورهم؟[١] أثيرت مثل هذه المسألة عندما ادعت مجموعة من الأهالى أن انتحارات أبنائهم جاءت بتأثير من الرسالة تحت الشعورية "افعلها" التى تتضمنها موسيقى فريق الروك "Judas Priest" أو "كاهن يهوذا" لقد خسر الآباء والأمهات قضيتهم فى مواجهة فريق الروك، ولكن التأثيرات المحتملة للرسائل تحت الشعورية تظل مسألة ذات أهمية قانونية كبيرة، فضلاً عن أهميتها النفسية.

فى الإجمال، ولأسباب عديدة فإنه من المهم أن نولى عناية لما نعنيه باللاشعور وللدليل المتعلق بأهميته للأداء النفسي. وقبل أن نتناول عددًا من الظواهر النموذجية، فإنه من المهم أن نعرف أنه لا يوجد ذلك الشيء الذى هو "لاشعور". فى حدود ما نعرف، ليس هناك تكوين يمكن تعيينه بوصفه "اللاشعور". بالأحرى؛ فإن ما نسميه **اللاشعور** يتكون من مجموعة من المضامين والعمليات غير المتاحة للوعى[٢] (الشعور)، ومع ذلك قادرة على التأثير فى أدائنا النفسى. إن ما نسميه اللاشعور يتكون من أفكار ومشاعر غير متاحة لحظيًا للشعور، ولكنها تستطيع التأثير فى غيرها من الأفكار والمشاعر والسلوكات الشعورية واللاشعورية. يتكون ما نسميه اللاشعور من عمليات تتم هذه التأثيرات عن طريقها. فى الإجمال، وعلى الرغم من أننا قد نتحدث فى بعض الأحيان عن لاشعور، فإننا نتحدث فى الواقع عن مضامين وعمليات لها تأثير على الأداء النفسى دون أن يكون للشخص وعى بها أو بآثارها.

---

(١) Subliminally

(٢) Awareness

ظواهر توضيحية:

سنتناول فى هذا القسم ظواهر للعمليات اللاشعورية ولآثار هـذه العمليـات. سنجرى مسحًا واسعًا هنا، بما فى ذلك ظواهر يمكن أن يراها بعض السيكولوجيين – دون غيرهم– موضحة ونموذجية. وهناك الآن وجهات نظر لما هى الظـواهر التى ينبغى أن نعدها ممثلة أو نموذجية للعمليات اللاشعورية، وكيف يمكن قيـاس هذه الظواهر. ولهذا، يبدو من الحكمة أن نبدأ بمدى متسع، ثم نرى إذا كـان مـن الممكن تكوين فئات للظواهر اللاشعورية.

١– *الإدراك تحت عتبة الشعور* **(أو تحت الشعورى)** (١) هنـاك دلائـل ذات اعتبار على أن التنبيهات الأضعف من أن تدرك يمكن مع ذلـك أن تـؤثر علـى الإدراك وعلى غيره من العمليات النفسية (Kihlstrom, 1987, 1999). وأحـد المصطلحات المستخدمة لتسمية هذه الظواهر هو **الإدراك تحت عتبة الشعور**، حيث يحيل هذا المصطلح إلى حقيقة أن المنبه يأتى تحت حد عتبـة الإدراك الـواعى أو الشعورى. على سبيل المثال، عندما يُطلب من مبحوثين أن يرسموا منظرًا طبيعيًا، فإن المبحوثين الذين تُعرض عليهم قبل الرسم صورة بطة بسرعة أكبـر مـن أن يدركوها بوعى، يرسمون صورًا ذات علاقة بالبط أكثر من أولئك المبحوثين الذين تُعرض عليهم صورة لا بط فيها. (Eagle, Wolitzhy & Klin, 1966). معنى ذلك أن صورة البطة تدرك وتؤثر فى العمليات الفكرية اللاحقة على الرغم من أن المبحوثين لا يستطيعون تقرير ما عرض عليهم فى الصورة الأولى. يمكن أيـضا الإشارة إلى تأثيرات مشابهة فى إطار الإدراك السمعى. على سبيل المثـال، وفـى تجربة تستخدم **مهمة الاستماع المزدوج** (٢)؛ تعطى للشخص تعليمـات بـأن ينتبـه لتنبيهات تقدم له فى إحدى الأذنين، بينما تقدم له تنبيهات مختلفة فى الأذن الاخرى.

Subliminal Perception (١)

Dichotic Listening Task (٢)

وعلى الرغم من أن الشخص يقرر أنه لا يعى التنبيهات التى تقدم لـه فـى القنـاة (الأذن) التى لا ينتبه لها؛ فإن لهذه التنبيهات مع ذلك تأثيرا فى السلوك المترتب.

لقد كان هناك، فى وقت من الأوقات اقتراحات بأن يستخدم الإدراك تحت الشعورى فى أعمال الدعاية، وذلك لجعل الأشخاص يشترون منتجات معينة (على سبيل المثال: يمكن استخدام وميض سريع على الشاشة أثناء عرض أحد الأفلام فى دار عرض سينمائية، وذلك لصور منتجات كالصودا أوالفيشار من أجل زيادة استهلاك هذه المنتجات) (Morse & Stoller, 1982). وفى جهود أخرى تهتم بمقاومة سرقة البضائع من المحلات التجارية، عرضت كثير من الأقسام رسائل تحت شعورية من قبيل "إذا سرقت فسيقبض عليك" (Wortman & Loftus, 1992). على العموم، تشير البحوث إلى أن مثل هذه الدعاية وجهود المقاومة ليست ناجحة، بمعنى أنها لا تدفع الأشخاص لعمل أشياء لا يفعلونها فى العادة، ولا تمنعهم من عمل أشياء يفعلونها فى العادة (Loftus & Klinger, 1992). كذلك ففى وقت من الأوقات أيضًا كانت هناك زيادة فى شعبية أشرطة التسجيلات الصوتية التى تقدم رسائل مهدئة أو دافعية بطريقة تحت شعورية. ومع ذلك يثير البحث العلمى المنظم أسئلة تتعلق بفعالية مثل هذه الأشرطة فيما وراء دور الإيحاء المتضمن فى فعل شراء الشريط فى المقام الأساس (Greenwald, Spangenberg, Partkanis, & Eskenazi, 1991). وفى الإجمال هناك دليل واضح على آثار الإدراك تحت الشعورى على العمليات النفسية، إلا أن مدى هذه التأثيرات وشروطها تظل فى حاجة إلى التحديد.

٢- ***الذاكرة الضمنية***(١): يشير مصطلح **الذاكرة الضمنية** إلى آثار الأحداث أو المواد المتعلمة التى يقرر الأفراد أنهم لا يتذكرونها (Schacter, 1987; Kihlstrom, 1999)، وهذا فى مقابل الذاكرة الصريحة(٢)، حيث يستدعى الشخص

Implicit Memory (١)
Explicit Memory (٢)

الأحداث أو مواد الذاكرة بوعى. ويمكن ملاحظة مثل هذه الآثار للذاكرة الضمنية عند هؤلاء الذين يعانون من بعض الإصابات المخية. إلا أنه قد تم إظهار هذه الآثار تجريبيًا أيضًا. على سبيل المثال؛ فإن المبحوثين الذين يحفظون كلمات وأرقامًا متزاوجة سوف يتعلمون هذه الأزواج فيما بعد بسرعة أكبر من أزواج من الكلمات والأرقام التى لم يحفظوها من قبل، وذلك على الرغم من أنهم لا يستدعون أو يتعرفون أيًا من الأزواج التى سبق تعلمها (Nelson, 1978).

ويرى كيلستروم (Kihlstrom, 1987, 1999) أن ثمة تشابهًا بين آثار كل من الذاكرة الضمنية والإدراك تحت الشعورى من حيث يشمل كلاهما آثارًا لأحداث لا يطولها الوعى الشعورى[1] على العمليات النفسية. ويقترح كيلستروم مصطلح **الإدراك الضمنى**[2] للإشارة إلى تأثيرات الإدراك تحت الشعورى. إلا أنه يشير أيضًا إلى أنه فى حالة الذاكرة الضمنية؛ فإن الأحداث كانت فى الأصل متاحة للوعى الشعورى، بينما الحالة ليست كذلك فيما يخص الإدراك الضمنى (الإدراك تحت الشعورى).

٣- *الظواهر التفككية*[3]: يتضمن مصطلح **الظواهر التفككية** مناسبات تختفى فيها عن وعى الفرد بعض أداءاته أو تصرفاته بالغة الأهمية، أو هى لا تتكامل مع بقية الأداءات النفسية لهذا الفرد. تتراوح مثل هذه الخبرات بين أفعال متوسطة وشائعة بدرجة كبيرة، كما فى حالة نسيان الفرد مسارًا طويلاً كان يقود فيه سيارته، إلى أفعال غير شائعة نسبيًا كما فى حالة نسيان أجزاء كبيرة من أحداث زمن قريب، كما ينسى أحدهم -مثلاً- أين كان فى الأيام القليلة الماضية. وهناك حالات متطرفة من *تعدد الشخصيات*[4]، حيث يعيش الشخص بشخصيات متعددة منفصلة تتصرف فى بعض الأحيان بشكل مستقل كل منها عن الآخر، وقد يعى بعضها

Conscious Awareness (١)
Implicit Perception (٢)
Dissociative Phenomena(٣)
Multiple Personalities(٤)

البعض الآخر، كما قد لا يحدث مثل هذا الوعي. وبينما كانت تعد حالات تعدد الشخصيات نادرة فيما مضى، فإن هناك زيادة في الحالات التي يتم رصدها، إلى درجة أن البعض رأى فيها الاضطراب النفسي الرئيس للتسعينيات (Kluft & Fine, 1993).

ويرى الإكلينيكيون أن الظواهر التفككية هي محاولات لصد الوعي بأحداث شديدة المشقة، أو أحداث صدمية[1] لدرجة قصوى. مثل هذه العلميات تشاهد في الأشخاص العسكريين أثناء الحرب عندما ينسى المحارب معركة حربية بأكملها. ومع ذلك فإن كون المعركة متاحة للوعي يظهرها تناول دواء يسمى بنتوثال الصوديوم (Sodium Pentothal)، أو "إكسير الحقيقة" (Grinker & Spiegel, 1945). ولقد تمت صياغة مقياس لقياس الفروق الفردية في الميل للتفككية (Bernstein & Putnam, 1986) حيث يطلب من المبحوثين أن يحددوا التكرارات التي يعايشون فيها خبرات كالخبرات التالية:

١) تجد نفسك في مكان ليست لديك أية فكرة عن كيفية وصولك إليه،

٢) تنصت إلى شخص يتكلم، ثم تكتشف أنك لم تسمع جزءا أو أيا مما قيل،

٣) تجد نفسك في ملابس لا تتذكر أنك ارتديتها،

٤) تخبُر جسمك وكأنه لا يخصك

٥) تكتشف أنك تمتلك أشياء لا تتذكر أنك اشتريتها.

٤- ***الإبصار الأعمى***[2]: يُظهر الأفراد الذين يعانون من إصابات مخية صعوبات غير معتادة في ممارسة الوظائف الحسية، حيث يتبقى لهم أحد أوجه الوظيفة الحسية بينما يفقدون وجها اخر. من هنا كانت هناك مرات قرر فيها مرضى الإصابات المخية أنهم لا يرون، رغم أنهم قادرون على الاستجابة بكفاءة للتنبيهات البصرية عندما يتطلب الأمر ذلك. وعلى سبيل المثال قد يقرر المريض

---

(١) Trauma

(٢) Blindsight

أنه غير قادر على رؤية قلم على المائدة، ولكنه يستطيع الإمساك به. وقد اصطلح على تسمية مثل هذه الظواهر "*الإبصار الأعمى*" (Weiskrantz, 1986). وعلى الرغم من اختلاف السبب، إلا أن حالات العمى الهستيرى تثير اهتماما ذا صلة بما نتناول هنا، وذلك حيث لا يستطيع الفرد الرؤية دون وجود أى عطب جسمى. ففى إحدى الحالات المرصودة والمنشور عنها، تمت مساعدة رجل ظل فاقد البصر لمدة عامين، ولم يكن يستجيب للعلاج الطبى النفسى والدوائى، ولكنه استعاد بصره عن طريق تعزيز استجابات صحيحة لتنبيه ضوئى (Brady & Lind, 1961). لقد أظهرت استعادة بصره الناجحة -بتطبيق مبادىء سكينر Skinner فى تعديل السلوك- أن أساس مشكلته نفسى أكثر من كونه جسميا.

٥- ***التنويم الصناعى***(١): يبدل التنويم الصناعى من حالة الشعور لدى الشخص وذلك استجابة لأفعال شخص آخر (أى المنوِّم الصناعى). وتحت مثل هذ الظروف قد لا يشعر الشخص المنوّم بألم من شيء هو فى الظروف العادية مؤلم، وقد ينسى -بناء على تعليمات من المنوِّم- ما حدث من خبرات فى ظل التنويم (أى: فقدان ذاكرة صناعى(٢))، كما قد يأتى بأفعال -فى نهاية التنويم- أوحى له بها المنوِّم خلال فترة التنويم (الإيحاء بعد التنويمى(٣)). وفى حالة الإيحاء بعد التنويمى قد لا يعى الشخص إتيانه للفعل أو أن مصدر السلوك هو من إيحاء المنوِّم. وعلى الرغم من أن تفسيرات ظاهرة التنويم تتباين، إلا أنه ليس هناك مجال للسؤال حول حقيقة أنه يحدث فيه تبدل فى حالات الشعور. (Bowers, 1992; Bowers & Woody, 1996)

٦- ***الاستماع تحت الشعورى***(٤): فى كتابه الحاصل على مركز أكثر الكتب مبيعا *السلام، الحب، والمداواة*، *Peace, Love and Healing* (1989)، يسور

---

(١) Hypnosis

(٢) Hypnotic Amnesia

(٣) Posthypnotic Suggestion

(٤) Subliminal Listening

الطبيب برنى سيجل Bernie Siegel حالات لما يسميه الاستماع تحت الشعورى، وهى حالات يستطيع فيها المرضى فى حالات الغيبوبة أو تحت المخدر أن يسمعوا حتى وهم غير واعين. وهو يرى أنه على الرغم من أن كثيرًا من هؤلاء المرضى لا يتذكرون ما سمعوا؛ فإنه من الممكن أن يتأثروا به. وهو يورد خبراته الشخصية، وتلك التى يوردها آخرون فى المجلات الطبية ذات السمعة عن المعلومات التى سمعت على المستوى اللاشعورى، والتى تؤثر فى السلوك أو الاتجاهات أو مستويات الصحة التالية. وعلى الرغم من أن هناك بعض تقارير عن تعلم معلومات أثناء النوم، فإن بعض البحوث الحديثة تثير شكوكًا حول مثل هذه الظواهر (Wood, Bootzin, Kihlstrom, & Schacter, 1992).

٧- ***أن نقول أكثر مما نعرف:*** عندما يطلب من الأشخاص أن يقدموا أسبابًا لسلوكهم؛ فإنهم يقدمون شروحًا. ومع ذلك فكثيرًا ما تكون شروحهم ضعيفة الصلة بالسبب الحقيقى، حتى ولو كانوا ساعين لأن يكونوا أمناء وقريبين تمامًا. على سبيل المثال، إذا ما سُئل عملاء عن لماذا قاموا بشراء منتج معين بالتحديد؟ فإنهم قد يقدمون أسبابًا ذات معنى بالنسبة لهم، حتى ولو كان من الممكن البرهان على أن شيئًا آخر تسبب فى هذا الاختيار (Nisbett & Wilson, 1977). قد يقول العملاء إنهم اختاروا المنتج على أساس الاسم التجارى، بينما يمكن إثبات أن موضع المنتجات على الرفوف يسهم فى هذا الاختيار. يعى البائعون جيدًا أهمية تنظيم المعروضات فى مساحات الأرفف، حتى ولو كان المشترون لا يضمّنون هذا المتغير -شعوريًا- فى عمليات اختيارهم الشعورية. بعبارة أخرى، هناك تأثيرات لاشعورية خفية فى قرارات الأشخاص وأحكامهم؛ ذلك أنهم غير قادرين على مراقبة بعض العمليات، فالعوامل السببية الفعلية ليست جزءًا من العملية الشعورية لاتخاذ القرار.

٨- ***التشريط دون وعى***(١): أجريت دراسة، منسية إلى حد ما، فى الثلاثينيات حيث تم إجراء تشريط كلاسيكى لمبحوثين دون شعور كامل منهم بالتنبيهات، وهو ما سمى *إدراكًا لاشعوريًا* أو *إدراكًا ضمنيًا*. تعرض المبحوثون، فى تلك الدراسة (Driven, 1937)، لصدمة كهربية مع الكلمة *barn* (أو حظيرة). وكنتيجة، أظهر المبحوثون علامات قلق استجابة للكلمة *barn* (أى: استجابة جلد جلفانية، وهى مؤشر نفسى لنشاط الغدد العرقية)، ولكنهم أيضًا أظهروا العلامات نفسها مع ثلاث فئات أخرى من الكلمات: ١) الكلمة *ed* التى كانت دائما تسبق تقديم الكلمة *barn* و٢) أى كلمة تتلو الكلمة *barn* و٣) كل الكلمات ذات الارتباطات أو التداعيات الريفية (مثلا: تبن، محراث، كلأ، خروف)، وذلك مقارنة بنقص استجابة القلق مع كلمات ذات ترابطات أو تداعيات حضرية ترتبط بالمدينة (مثلا: رصف، مترو، سيارة). بعبارة أخرى، تم تعميم استجابة القلق على تنبيهات أخرى ترتبط عن طريق التماس فى الزمن أو فى *المعنى* مع التنبيه الذى كانت تتلوه الصدمة. إن ما كان مدهشًا على نحو خاص فى هذه النتيجة هو أنها كانت تحدث حتى عندما يفشل الأفراد فى تعرّف أن كلمة *Barn* كانت هى علامة مجيء الصدمة. بعبارة أخرى كان هناك تعميم للقلق كاستجابة لتنبيهات ذات معنى متعلق بالمنبه الأصلى، حتى عندما لم يكن الشخص واعيًا بالتنبيه الشرطى الأصلى، أى ذلك الذى ارتبط بتلقى الصدمة. هكذا يمكن، من خلال الإدراك الضمنى أو اللاشعورى، أن تتكون استجابة خوف ليس لها تفسير شعورى.

وأظهرت البحوث التالية تأثيرات مشابهة. ففى إحدى التجارب كانت هناك صدمة تتلو سماع أسماء مجموعة من المدن، وهى أسماء تأتى مطمورة فى مادة سمعية يتم تقديمها فى الأذن غير المنتبه لها، وذلك فى تجربة استماع مزدوج. ووجدت دلائل على استجابات قلق لتلك الكلمات. وكذلك للتنبيهات المرتبطة على

---

(١) Conditioning Without Awareness

الرغم من أن المبحوثين لم يكونوا على وعى بالكلمات التى تتلوها الـصدمات. أى يوجد دليل على حدوث تشريط دون وعى، بالإضافة لتعميم ذلـك التـشريط، دون وعى أيضًا، على تنبيهات مرتبطة فـى معناهـا بالتنبيهـات الـشرطية الأصـلية (Corteen & Wood, 1979).

إن هناك ملمحًا مثيرا للاهتمام فى هذا التشريط غير الشعورى، وهو أنه يمكن للشخص أن يعى الاستجابة الانفعالية دون أن يعى أساسها. أى يمكن أن يخبر ذلك بوصفه شعورًا حدسيًا أو إحساسًا حشويًا يخص شيئًا ما دون قدرة على تحديد أساس أو مصدر هذا الشعور. هل يمكن الثقة فى مثل هذه "المشاعر" أو "الأحاسـيس"؟ لا يمكن توفير إجابة تناسب كل الحالات. ومع ذلك، فمن الجدير بالذكر أن هناك على الأقل تجربة واحدة توفر مساندة لفكرة أن مثل هـذه الأحاسـيس يمكنهـا تـوفير هاديات[1] قيّمة. فى هذه التجربة الخاصة بالتشريط غير الواعى للخوف؛ تم تشريط المبحوثين بأن صاحبت صدمات تنبيهات معينة. هكذا؛ وعلى الرغم من أن أيًا من المبحوثين لم يكن قادرًا على تقديم تقرير واع عن أساس استجابة الخوف لديهم، فقد كان بعضهم حساسًا لاستجاباته الحشوية[2] (مثل: ضربات القلب)، بينما لـم يكـن الآخرون كذلك. فهل يمكن للمبحوثين الذين استطاعوا تمييز نشاطاتهم الحشوية أن يستخدموا هذه الأحاسيس الغامضة ليتنبؤوا بالصدمة على الرغم من أنهم لم يتمكنوا من تعيين أساس تنبؤاتهم؟ بالفعل، وُجد أن المبحوثين الذين تمكنـوا مـن تمييـز ضربات قلوبهم كانوا أقدر، على التنبؤ بالصدمات التى تـصاحب صـورا تـدرك بصورة غير واعية، من هؤلاء الذين يعجزون عن استخدام الهاديـات الحـشوية. بعبارة أخرى، استطاع المبحوثون القادرون على استخدام الهاديـات الحـشوية أن يستعملوا هذه المعلومة على الرغم من عجزهم عن التعرف الشعورى على أسـاس

---

(١) Cues
(٢) Visceral

هذه الهاديات– لقد وفرت لهم أحاسيسهم الغامضة معلومات لا تتيحها لهم مصادر أخرى (Katkin, Wiens, & Ohman, 2001).

وفيما وراء مثل هذه البحوث، هناك دلائل على ما يسمى **التعلم أو التشريط بالعبرة**[1]، حيث يدرك طفل، على سبيل المثال، أحد والديه وهو يعبر عن شعور أو انفعال ما فى مواجهة أحد التنبيهات؛ فيتعلم أن يخبر الانفعال نفسه استجابة لهذا التنبيه (Bandura, 1986; Mineka, Davidson, Cook & Klein, 1984). وهكذا يمكن للطفل أن يكتسب لاشعوريًا استجابات خوف أو اشمئزاز، بملاحظة الوالد وهو يعبر عن مثل هذه الاستجابات لتنبيه محدد؛ بمعنى أن الخبرة المباشرة نفسها ليست ضرورية لحدوث عملية التشريط.

٩– ***العمليات الآلية (الروتينية)*** [2]: يحدث كثير من الأشياء التى نفكر فيها أو نفعلها بصورة آلية، دون أن نبذل جهدًا واعيًا فى العملية. كثير من هذه العمليات تم تعلمه فى الأصل بصورة شعورية، بينما تم تعلم عمليات أخرى لاشعوريًا. ومع ذلك؛ ففى أى من الحالين، تصبح هذه **العمليات آلية أو روتينية** لدرجة أنها تصبح أيضا لاشعورية. من الأمثلة البارزة لمثل هذه العلميات الآلية ما يجرى عند اتباع قواعد النحو، أو عقد رباط الحذاء، أو النقر على لوحة مفاتيح الحاسبات الإلكترونية[*]. ورغم أننا تعلمنا أغلب قواعد النحو السليم؛ فإن أغلبنا لا يستطيع أن يذكر نص هذه القواعد، أى أنه قد تم اكتسابها لاشعوريًا، وهى تبقى أيضا لاشعورية. كذلك الأمر فى عقدنا لأربطة الأحذية أو فى نقرنا على لوحات المفاتيح. لقد تعلمنا القواعد ولكننا كثيرًا ما نعجز عن أن نربطها بالحاضر. هل يمكنك أن تقول لشخص كيف يربط حذاءه أو كيف يعين موضع حرف ما (ليكن x أو m أو p) على الآلة الكاتبة (أو على لوحة مفاتيح الآلة الحاسبة). توحى البحوث الحديثة

---

(١) Vicarious

(٢) Automatic (Routinized) Processes

(*) وذلك بالنسبة لمن يتعودن هذه الممارسات [illegible] (المترجم)

أن كثيرا من سلوكاتنا، بما فى ذلك السلوكات المدفوعة(١)، تحدث آليا أو دون توجيه وتحكم شعوريين (Bragh & Ferguson, 2000).

١٠- *الكبت*: يقع مفهوم **الكبت** موقع القلب من نظرية التحليل النفسى. ما يحدث فى الكبت هو أن فكرة أو ذكرى مصحوبة بقلق، كانت يومًا ما شعورية، "يتم تحويلها" إلى لاشعورية، ويتم الإبقاء عليها كذلك عن طريق حاجز حماية. كما فى الذاكرة الضمنية؛ فإنه قد تم تسجيل الحدث أصلاً فى الشعور، ولكن، وبالمقابلة مع النسيان العادى؛ فإن الكبت يمثل حاجزًا نشطًا ضد التذكر، مما يثير السؤال التالى: كيف يمكن للذهن أن يعرف ما يفترض أنه يجب ألا يعرفه؟

يقدم المحللون النفسيون أدلة إكلينيكية قوية لمساندة مفهوم الكبت، بما فى ذلك حالات عديدة لذكريات كانت قد نسيت، ولكن تم تذكرها فى إطار عملية التحليل. وكما أشرنا آنفا فى هذا الفصل؛ فإنه يتم حاليًا رصد كثير من حالات استدعاء خبرات مبكرة تمت فيها الإساءة إلى الأطفال، بما يشمل استدعاء خبرات كانت قد نسيت لسنين عديدة. ومع ذلك كان من الصعب توضيح عمليات الكبت ونزع الكبت فى المعمل.

وثمة أدلة على أن الأفراد الذين يتم تصنيفهم بوصفهم "كابتين" يستدعون ذكريات سلبية عن طفولتهم، ولديهم ذكريات عن مراحل مبكرة فى حياتهم أقل من هؤلاء الذين يتم تصنيفهم بوصفهم "غير الكابتين". (P.J. Davis & Schwartz, 1987). وهناك حاليا وجهات نظر متباينة بين علماء النفس حول قابلية مفهوم الكبت للبقاء، حيث يظل البعض ملتزمين بالمفهوم كما تمت صياغته عن طريق المحللين النفسيين. بينما يرى الآخرون أن الكبت ينطوى على عملية مشابهة لتلك التى تحدث فى إطار الذاكرة الضمنية (Erdelyi, 1985; Greenwald, 1992).

---

(١) Motivated Behavior

١١- ***التفكير اللاشعورى، الضمنى***[١]: إلى أى مدى يستطيع الأشخاص أن يفكروا بطريقة بناءة دون أن يكونوا واعين بتفكيرهم؟ وأن يحلوا المشكلات دون أن يعوا عملياتهم الفكرية؟ وأن تكون لديهم استبصارات إبداعية[٢] دون أن يعوا العمليات المعرفية المتدخلة؟ ويتضمن **التفكير الضمنى** حلاً للمشكلات فى غياب التفكير الشعورى (Siegler, 2000). اختبر مجموعة من علماء الجهاز العصبى[٣]، فى استكشاف بديع لمثل هذه العمليات، إذا كان الأشخاص يستطيعون تكوين استراتيجية لتعظيم المكاسب وتقليل الخسائر فى موقف مقامرة، وذلك قبل وعيهم بالاستراتيجية التى يستعملونها (Bechara, Damasio, Tranel, & Damasio, 1997). ولقد وجدوا، بالفعل، أنه يمكن أن يمارس المبحوثون نوعًا من الحدس الضمنى مفيد وتكيفى يساعدهم فى إدارة رهاناتهم، وذلك قبل أن يستطيعوا توضيح استراتيجيات اتخاذهم للقرار. بعبارة أخرى، أوضحت هذه التجربة أن ثمة تعلمًا ضمنيا يتم. بالإضافة إلى توضيح التفكير غير الشعورى أو الضمنى؛ فقد كانت هذه الدراسة جديرة بالإشارة لسببين: أولاً، استخدمت قياسات فسيولوجية بالإضافة للتقارير الذاتية والقياسات السلوكية (أى الرهانات). بمعنى، أن المبحوثين كانوا قادرين على أن يصدروا استجابات فسيولوجية مصاحبة للحدس الضمنى السابق على التكوين الشعورى لاستراتيجية اتخاذ القرار. وعلى سبيل المثال، كان من الممكن أن يظهروا استجابة فسيولوجية مرتفعة، تشير إلى القلق، عندما كان يتحسبون لقرار سيئ، هذا على الرغم من أنهم كانوا يجهلون القاعدة التى تنبىء بأن هذا القرار سيئ. بالإضافة إلى ذلك تمت مقارنة أداء مبحوثين أسوياء بأداء مجموعة من المرضى يعانون من عطب فى اللحاء الجبهى[٤]: فلم يظهر لدى المرضى أية حدوس ضمنية سابقة على تكوين الاستراتيجيات الشعورية.

---

(١) Unconscious, Implicit Thought

(٢) Creative Insights

(٣) Neuroscience

(٤) Prefrontal Cortex

ولم يستطع أغلب المرضى أن يكوّنوا استراتيجيات شعورية، أما هؤلاء الذين كونوها فلم يكونوا قادرين على إصدار سلوكهم على أساسها. وترجع أهمية هذه الدراسة إلى أنها تمثل تيارا يسعى إلى تعريف التكوينات المخية والعمليات العصبية المتدخلة فى الأداءات الشعورية وغير الشعورية

(Klein & Kihlstrom, 1998; Lieberman, Ochsner, Gilbert, & Schacter, 2001; Schacter & Badgaiyan, 2001).

عرضنا إحدى عشرة ظاهرة بوصفها ممثلة للعمليات اللاشعورية، وهى تغطى مدى واسعًا من الظواهر، مع إمكان التداخل بين الفئات. قد يقبل بعض علماء النفس بعض هذه الظواهر بوصفها ممثلة وموضحة للعمليات اللاشعورية، وقد يقبل آخرون ظواهر أخرى. فى هذا الخصوص، من المهم أن نعى أنه ليس هناك تعريف متفق عليه لما يشكل ظواهر لاشعورية، وليس هناك اتفاق أيضًا فيما يخص كيف يجب علينا قياس هذه الظواهر. ورغم أنه إلى اليوم يوجد علماء نفس مستعدون لرفض مفهوم اللاشعور، فإن أغلبهم لا يقبل وجود مثل هذه الظواهر فحسب، بل يؤكدون أهميتها فى كثير من أوجه أداءاتنا ووظائفنا:

إن الخلاصة التى ربما تكون مزعجة للشخص العادى، هى أن التأثيرات اللاشعورية كلية الوجود[1]– لدى البشر– من الجلى أن الأشخاص يخططون أحيانًا ثم يفعلون. ومع ذلك، ففى أكثر من نصف الحالات يتأثر سلوكنا بعمليات لاشعورية؛ بمعنى أننا نتصرف، ثم، إذا سئلنا، نقدم تبريراتنا. (Jacoby, Toth, Lindsay, & Debner, 1992, p. 82)

أى أن أذهاننا تنطوى على معرفة نحن على غير وعى بها، كما أن مشاعرنا تمثل حاجزا منيعا فى مواجهة إرادتنا الواعية، كما أن سلوكاتنا تنطوى على أفعال غير مقصودة، أو ربما حتى مناقضة لتلك التى قصدناها أو رغبناها شعوريا (Banaji, 2001, p.8).

Ubiquitous (١)

نظرة تاريخية مختصرة

بعد عرض نماذج لظواهر ممثلة للعمليات اللاشعورية، نستطيع القيام بمراجعة تاريخية سريعة توفر سياقا لمناقشة مسائل التنظير والبحث الحاليين. ورغم أن الكثيرين يربطون مفهوم اللاشعور بفرويد؛ فإن تاريخه يرجع لما هو أقدم منه (Ellenberger, 1970; Pekala, 1991). ومع ذلك، فقد كان تشديد فرويد على لاشعور يراه مخزنا لمزيج من الحوافز[١] الجنسية والعدوانية أمرًا جديدًا. تبعًا لفرويد؛ كان اكتشافه لمدى التأثير الواقع علينا من قوى غير معروفة ولا يمكن التحكم بها لطمة ثالثة وجهت لصورة الذات لدى البشر، لطمة تلي تلك أتى بها اكتشاف كوبرنيكوس Copernicus أن الأرض ليست مركزا للكون، وتلك التى أتى بها اكتشاف داروين Darwin أننا لا نوجد مستقلين عن الأعضاء الآخرين فى المملكة الحيوانية.

وفى فترة مبكرة من تاريخ علم النفس التجريبى، كان الاستبطان[٢] يستخدم بوصفه المنهج الرئيس للفحص. وكان المبحوثون فى معملى فونت Wundt وتتشنر Titchener يدربون على ملاحظة إدراكاتهم، وصورهم ومشاعرهم، وذلك كجزء من دراسة الشعور التى كانت تتم. ومع صعود سلوكية واطسون Watson رفضت دراسة الشعور، وبالتالى اللاشعور، بوصفه منطقة تساؤل غير مشروعة. كان الاهتمام منصبا على السلوك، بمعنى السلوك الصريح الذى لا يتطلب تقريرا ذاتيا لفظيا، والذى يمكن مشاهدته وقياسه بدرجة من الثقة يعتمد عليها. وحيث كان جزء كبير من الاهتمام منصبا على دراسة سلوك الحيوان؛ كان هناك اهتمام بما *تفعل* الكائنات الحية، أكثر من الاهتمام بما *تفكر* فيه، كما كان هناك أيضا اهتمام بالمعززات[٣] الخارجية التى تنظم السلوك أكثر من عمليات التفكير الداخلية[٤].

---

(١) Drives

(٢) Introspection

(٣) Reinforcers

(٤) Internal Thought Processes

احتفظ أصحاب التحليل النفسى، بالطبع، باهتمامهم بالأشغال الداخلية للذهن، بخاصة الذهن اللاشعورى. كان هناك أيضًا بعض علماء النفس الأكاديميين، مثل هنرى موراى Henry Murray الذين احتفظوا باهتمام بحثى وتنظيرى بهذه العمليات (الفصل الأول). لم يبدأ إجراء البحث المنظم حول العمليات اللاشعورية إلى أن وصلنا إلى الخمسينيات. فمن ناحية نما الاهتمام ببحوث النوم وبأهمية العمليات اللاشعورية فى تكوين الأحلام (Fisher, 1960; Shevrin & Luborsky, 1958). ومن ناحية أخرى كانت الحركة المسماة "النظرة الجديدة" ترتقى. ففى الأربعينيات المتأخرة، والخمسينيات المبكرة، شددت حركة "النظرة الجديدة" على المدرك بوصفه مشاركًا نشطًا فى عملية الإدراك، وليس مجرد مسجِّل سلبى للتنبيهات الخارجية (Bruner,1992) لقد تبين من بعض التجارب المدهشة آنئذ أنه يحدث تضخيم إدراكى فى تقدير حجم العملات ذات القيمة الأعلى وذلك مقارنة بتقدير حجم العملات ذات القيمة الأقل، خاصة من جانب الأطفال الفقراء مقارنة بالأطفال الأغنياء (Bruner & Goodman, 1947). وتم أيضًا اكتشاف أن الأفراد يتعرفون الكلمات الدالة على العملات ذات القيمة الأعلى بسرعة أكبر من تعرفهم الكلمات الدالة على العملات ذات القيمة الأقل (Postman, Bruner & McGinnies, 1948). وأخيرًا، انشغل الباحثون من ذوى النزعة الدينامية النفسية بإظهار الفروق الفردية فى الطرق التى تؤثر بها الاحتياجات والدوافع على الإدراك (Klein, 1951, 1954).

فى الإجمال، إن ما كان ينشأ خلال الخمسينيات كان اهتمامًا بالكيفية التى تتدخل بها عمليات الشخصية فى الإدراك. بالإضافة إلى ذلك اهتم بعض علماء النفس من ذوى التوجه السيكودينامى بالكيفية التى يتأثر بهما ما يتم إدراكه باحتياجات الفرد المُدرك. وبالكيفية التى يمكن بها للشخص أن يحمى نفسه فى

مواجهة إدراك تنبيهات مهددة (الدفاع الإدراكى[١]). إلا أن علماء النفس الأكثر تقليدية كانوا ناقدين لمثل هذه الجهود، موحين بأن عيوبا فى تصميمات البحوث هى أساس لا تقوم النتائج المستخلصة إلا عليه. وبكلمات أحد المشاركين فى تلك الحقبة: "كان الباحثون الملتزمون بالتحليل النفسى يميلون للتعامل مع كل مكونات الشعور بوصفها مدركةً من خلال عيون يهوذا[*]، حيث يمر باللاشعور قبل أن يأتى للشعور، إلا أن النقاد الأكثر محافظة (أى: العدد الأعظم من علماء النفس التجريبيين الأمريكيين) لم تكن لديهم أى من هذه العيون" (Bruner, 1992, p.781).

ثم جاءت الثورة المعرفية[٢] (الفصل الثالث)، وما يثير الاهتمام هنا هو أن الثورة المعرفية مهدت الطريق أمام عودة الاهتمام بالتفكير والشعور. ومع ذلك؛ ففى استخدامها المماثلة بالحاسوب اهتمام بالتفكير العقلانى[٣] المصاحب للشعور أكثر من التفكير غير العقلانى الذى يربطه الكثيرون باللاشعور. وكانت هذه هى الحال -على الأقل- فى البدايات المبكرة للثورة المعرفية. فى وقت ما، عاد علماء النفس المعرفيون، كما عاد علماء الشخصية وعلم النفس الاجتماعى للاهتمام بالعمليات اللاشعورية، من منظور تحليلى وكذلك من منظور معالجة المعلومات[٤]. لقد نما مثل هذا الاهتمام إلى درجة أنه، وبكلمات أحد ثقاة المجال: "بعد مائة عام من الإهمال والشك والإحباط؛ تمكنت العمليات اللاشعورية الآن بحسم من موقعها فى العقل الجمعى لعلماء النفس" (Kihlstrom, 1992, p.788).

وتظل هناك مسائل كثيرة عالقة فيما يخص فهمنا للعمليات اللاشعورية. ومع ذلك، وكما أشرنا آنفا، فإن ما يبقى خارج نطاق الاختلاف هو أهمية مثل هذه

---

(١) Perceptual Defense

(*) Judas Eyes: وهنا اشارة الى يهوذا خائن المسيح الاشهر، اى كأن علاقة الشعور باللاشعور هى علاقة خيانة وتزييف للواقع، مما يوقع الشعور فى أخطاء فادحة (المترجم).

(٢) Cognitive

(٣) Rational Thinking

(٤) Information Processing

العمليات. سوف نناقش فى القسم التالى منحيين لدراسة هذه الظواهر: التحليل النفسى والمعالجة المعرفية للمعلومات. ويتفق أتباع كلا المنحيين على مسألة وجود العمليات اللاشعورية، ولكنهم يختلفون على الكيفية التى تعمل بها. هكذا، فبينما يستخلص ويستن (Westen) على سبيل المثال، وهو من أنصار نظرية التحليل النفسى، أن: "فرويد كان صائبا فى معظم فرضه الأساسى، أى أن كثيرًا من حياتنا العقلية لاشعورى، بما فى ذلك التفكير، والمشاعر، والدافعية" (1998, p.344؛ فإن كيلستروم (Kihlstrom, 1999) وهو ناقد للنظرية يستخلص أن "البحث الحديث فى المعرفة وفى اللاشعور المعرفى لا يدين بأى شىء كان لفرويد، وهذه هى الحال أيضًا للبحث الحديث فى الانفعالات وفى اللاشعور الانفعالى" (p. 430).

اللاشعور الدينامى فى التحليل النفسى

نعود هنا لنتعامل بتفصيل أكبر مع مفهوم اللاشعور كما قام فرويد بدراسته وتطويره. يبقى هذا المفهوم – إلى يومنا هذا– حجر أساس فى نظرية التحليل النفسى، بل ربما كان هو "الـ" حجر "الـ" أساس. تبعًا لنظرية التحليل النفسى؛ يمكن وصف الحياة النفسية من خلال الإشارة للمستويات (والمفاهيم والمصطلحات التى تحددها) التى نكون عليها فى وعينا بالظواهر: *الشعور* يشير إلى ظواهر نعيها فى لحظة معينة، *قبل–الشعور*(١) يشير إلى الظواهر التى نستطيع أن نعيها إذا انتبهنا لها، و *اللاشعور* الذى يشير إلى الظواهر التى لا نعيها والتى *لا نستطيع* أن نعيها إلا فى ظل ظروف خاصة. أما بالنسبة لما كان ذا اهتمام بالنسبة لفرويد، فقد كانت للاشعور الأهمية الحاسمة: "لا يسعى التحليل النفسى ولا ينجز شيئا أكثر من اكتشاف لاشعور الحياة العقلية" (Freud, 1924, p.397).

---

(١) Preconscious

ومن المهم أن نعرف الفارق بين قبل الشعور واللاشعور. فبينما تتاح ظواهر قبل الشعور للشعور والوعى إذا انتبهنا لها؛ فإن ظواهر اللاشعور تتطلب ظروفا خاصة لكى تصل لمستوى الشعور. أنا أشعر فى هذه اللحظة بكتابتى لهذه الفقرة وليس بما فعلت بالأمس، ومع ذلك فإن ذلك الذى فعلته بالأمس موجود فى قبل- شعورى، وهو متاح لشعورى إذا وجهت انتباهى تلك الوجهة. هناك ذكريات أخرى مخزنة فى لاشعورى وليست متاحة لشعورى، حتى ولو وجهت انتباهى إلى الماضى، إلا إذا تم توفير ظروف خاصة تخفف من الحاجز المعوق لاستدعاء تلك التجارب. بالنسبة لفرويد؛ وخاصة فى السنوات الأولى للتحليل النفسى، كان كثير من جهد العلاج موجهًا لجعل اللاشعورى شعوريًا. هكذا كان استدعاء الذكريات القديمة عنصرا من عناصر العملية العلاجية.

يعرف اللاشعور، الذى يؤكده فرويد والمحللون المعاصرون، بأنه **اللاشعور الدينامى**، وهناك ثلاث خصائص مرتبطة به، هى: إن عمليات اللاشعور *مختلفة كيفيًا* عن عمليات الشعور. فبينما تكون عملياتنا المعرفية الواعية عقلانية بشكل عام، وتعمل وفقًا لقواعد المنطق؛ فإنه كثيرا ما تكون عملياتنا اللاشعورية غير منطقية. تبعًا لنظرية التحليل النفسى؛ فإن أى شىء ممكن وفقًا لقواعد تشغيل اللاشعور. فعلى سبيل المثال، يمكن للمتضادات أو المتناقضات أن تعنى الشىء نفسه، يمكن أن تختلط أحداث من أحقاب مختلفة وتتواجد معا، ويمكن أن تجتمع الأماكن المتباعدة، كما يمكن للأشياء الكبيرة أن تدخل أو تسكن فى المساحات الصغيرة. وتبعًا لهذه النظرية؛ نحن نرى فعل ووظيفة اللاشعور فى الأحلام وفى زلات اللسان(١) وفى التفكير الذهانى(٢) وفى الأعمال الفنية الرمزية وفى بعض جوانب تفكير الأطفال.

---

(١) Slips of the Tongue
(٢) Psychotic Thought

اللاشعور الفرويدى: يؤكد اللاشعور الفرويدى الشروح الدافعية لظواهر من قبيل زلات اللسان.

تعليق بديل للمترجم: *فعلاً البعد عن النساء غنيمة؛ لذلك فأنا دائمًا ما أرغب فى التحرش بهن، أقصد تحاشيهن.*

ثمة جانب مهم ثان للاشعور الدينامى، وهو أنه يحتوى على رغبات وحوافز ودوافع. بعبارة أخرى هناك مكون دافعى فى محتويات اللاشعور. تبعًا لنظرية التحليل النفسى، فإن محتويات اللاشعور الدينامى تضغط دائمًا للتعبير عن نفسها، ولا يفصلها عن الوعى إلا عملية يقوم بها ما يشبه الحجاب الحامى. تمثل الدفاعات[1] هذا الحجاب الحامى الذى يمنع محتويات اللاشعور من الوصول للوعى. إن هذه الدفاعات، كالكبت على سبيل المثال، هى نفسها لاشعورية. بعبارة أخرى، إن كلا من محتويات اللاشعور، والعمليات التى تقوم بها الدفاعات لتحتفظ بهذه المحتويات لاشعورية، كلاهما غير متاح للوعى. إن هذا مما يثير السؤال حول كيف يمكننا أن نعى الحاجة للدفاع ضد شىء ما دون أن نكون واعين بما هو الذى ندافع ضده. كيف يمكن للعقل أن يعى شيئًا ليدافع ضده، دون أن يصل هذا الوعى لمستوى الشعور؟ سوف نعود لهذا السؤال فيما بعد.

---

(1) Defenses

وأخيرا، يرتبط بهذا الوجه الثانى للاشعور، أن اللاشعور ملىء بالصراعات(١) (Shevrin, 1992). وتبعًا للنظرية، فإن صراعات كتلك التى توجد بين رغبتين أو بين رغبة وخوف هى عناصر مهمة لحياة اللاشعور.

فى الإجمال، وتبعًا لفرويد، فإن قطاعات كبيرة من الحياة النفسية لاشعورية وتعمل تبعًا لمبادىء مختلفة عن مبادىء الحياة الشعورية. ويمكن النظر للعمليات اللاشعورية بوصفها دينامية بمعنى أنها تعبير عن التفاعل الداخلى الذى يتم بين مختلف القوى، إما فى إطار الصراعات داخل اللاشعور نفسه (مثلاً: بين الرغبات والمخاوف)، أو فى إطار الضغط الذى يمارسه اللاشعور ضد الحجاب الحامى الذى تكونه الدفاعات.

سبقت الإشارة فى الفصل الأول، استعمل فرويد الفحوص الإكلينيكية لدراسة العمليات اللاشعورية. كان مهتمًا، على نحو خاص، بعمل العمليات اللاشعورية فى الأحلام وفى الأعراض النفسية المرضية. لقد نظر فرويد لتحليل الأحلام بوصفه "الطريق الملكى" لفهم اللاشعور. وكان أكثر اهتمامًا بوصف ظواهر اللاشعور، وفهم الأعراض النفسية بوصفها تعبيرات عن اللاشعور من اهتمامه بصياغة تعريف لمفهوم علمى. وكثيرًا ما كان لوصفه لأعمال اللاشعور طبيعة مجازية، كما كان يتحدث – مثلاً– عن "اللاشعور" أو يقول إنه "تعيشنا قوى مجهولة". بالإضافة إلى ذلك كان فرويد منبهرًا بمشاهداته الإكلينيكية لدرجة أنه لم يشعر بالحاجة للتوثيق التجريبى. وعندما كتب عالم نفس أمريكى إلى فرويد عن دليل تجريبى توصل إليه يساند فكرة النسيان الدافعى، شجعه فرويد بأدب، ولكنه أشار إلى أن المفهوم لا يتطلب مثل هذا الدليل التجريبى (Rosenzweig, 1941).

إذن، هل هناك دلائل تجريبية تساند مفهوم اللاشعور الدينامى؟ نستطيع تتبع بدايات الجهود التجريبية فى هذا الصدد وصولا إلى عمل أتو بويتزل (Otto

---

(١) Conflicts

(Poetzl, 1917) وهو عالم من فيينا من المتخصصين فى علم النفس العصبى، حيث أجرى الدراسة التجريبية الكلاسيكية عن آثار التنبيهات اللاشعورية على الأداء النفسى (Ionescu & Erdelyi, 1992; Shevrin, 1992). وقدّم بويتزل، الذى كان متأثرًا بفرويد، للمبحوثين تنبيهات مصورة على مستوى تحت الإدراك الشعورى. بعبارة أخرى، لم يكن المبحوثون قادرين على تقرير محتويات التنبيهات المصورة. كان يطلب من المبحوثين، فى اليوم التالى، أن يحكوا عن أحلامهم فى الليلة السابقة وأن يرسموا عناصرها. وتوصل إلى أن عناصر التنبيهات المصورة التى لم يمكن تقريرها وقت عرضها على الأفراد وجدت طريقها فى أحلامهم؛ بمعنى أن ما لم يمكن تقريره بوصفه مدركًا لم يتم إدراكه قام بالتأثير فى مضامين أحلام ذلك المساء.

ورغم من أنه تم إهمال عمل بويتزل لسنوات عديدة؛ فإن المحللين ذوى التوجهات التجريبية عادوا ليروا فيه إسهامًا مهمًا. وكانت هذه الجهود اللاحقة جزءًا من "النظرة الجديدة" للإدراك فى الأربعينيات والخمسينيات والتى أشرنا إليها فى النظرة التاريخية. وتم تكرار نتائج بويتزل والامتداد بها إلى مواضيع التداعى الحر والإدراك، بمعنى أنه وجد أن التنبيهات التى لا تدرك شعوريًا تؤثر على التداعيات الحرة والإدراكات. ووجد أيضًا أن المبحوثين لديهم حاجة للأحلام: فإذا أوقظوا أثناء النوم الحالم ظهرت لديهم محاولة تعويض الضائع من زمن الحلم (Fisher, 1956, 1965). وفسرت هذه النتائج بوصفها تساند فكرة فرويد عن أن وظيفة الحلم هى الحفاظ على النوم بتحويل الأفكار التى يمكنها أن توقظ النائم إلى صور رمزية، هذا رغم أنه كان من الممكن تفسير هذه النتائج نفسها من منظور آخر.

كذلك أثرت نتائج بويتزل على العمل فى مجالى الإدراك تحت الشعورى، والدفاع الإدراكى.[1] وإذا كان البحث المبكر فى الإدراك تحت الشعورى فى إطار

---

(1) Perceptual Defense

التحليل النفسى، وهو ما استخدم للتدليل على أنه يمكن للتنبيهات التى لا يتم إدراكها على مستوى الوعى الشعورى، أن تؤثر فى الإدراكات والصور والأحلام اللاحقة. ومع ذلك لا يكفى هذا التدليل للإيحاء بأن هناك تدخلاً من قبل قوى دينامية نفسية أو دافعية. إلا أن عمل هذه القوى يمثل مفتاحًا لتعريف اللاشعور الدينامى. لقد بدا أن البحث فى منطقة الدفاع الإدراكى يوفر مثل هذا البيان. ففى بحث مبكر وملهم، وجد أن المبحوثين يحتاجون وقتًا أطول ليروا الكلمات المحملة انفعاليًا[1]، من قبيل *قضيب* و*مومس*، أكثر من الوقت الذى يستغرقونه فى إدراك كلمات محايدة من قبيل *تفاح* و*رقص* (McGinnies, 1949). تم نقد هذا البحث على أساس أكثر من خلفية منهجية (مثلاً: هل قام الأفراد بإدراك الكلمات المحملة انفعاليًا سريعًا، ولكنهم كانوا محجمين عن التلفظ بها أمام المجرب؟ هل تصادف الكلمات المحملة انفعاليًا، الكلمات "المحرمة[2]" لدرجة، أقل ومن ثم تصبح أصعب على الإدراك من الكلمات المحايدة؟)، وهكذا سقط بالتدريج فى إطار النكران.

وأجريت البحوث التالية عن اللاشعور الدينامى على ما يسمى **التنشيط الدينامى النفسى تحت الشعورى**[3] (Silverman, 1976, 1982; J. Weinberger, 1992, 2002; Weinberger & Silverman, 1987). ثمة جهد فى هذه البحوث لتنبيه الدوافع اللاشعورية دون جعلها شعورية. ويستخدم عادة جهاز العارض السريع[4] (الذى يسمح للمجرب أن يعرض على المبحوثين تنبيهات بسرعات مرتفعة جدًا، بحيث لا يمكن إدراكها شعوريًا) وذلك لعرض مواد مرتبطة بالرغبات أو بالمخاوف التى يتوقع إما أن تكون مهددة أو مخففة للقلق[5]، وعندئذ تتم المشاهدات لرصد إمكان حدوث التأثير المتوقع. من المتوقع – فى حالة

Emotionally Toned (١)
Taboo (٢)
Subliminal Psychodynamic Activation (٣)
Tachistoscope (٤)
Anxiety-Alleviating (٥)

الرغبات المهددة– أن تثير المواد المقدمة تحت – شعوريا (تحت عتبة التعرف الشعورى) صراعات لاشعورية، ومن ثم ترفع من حدة الاضطراب النفسى. أما فى حالة الرغبات المخففة من القلق؛ فإن المتوقع أن تخفف المواد المقدمة من الصراع اللاشعورى، ومن ثم تقلل من الاضطراب النفسى. إن المفتاح فى الحالين كليهما، هو إمكان التوقع المسبق لأثر كل من المحتوى المزعج أو المريح لمختلف مجموعات المبحوثين على أساس نظرية التحليل النفسى، وأن الآثار لا تحدث إلا عندما تدرك التنبيهات تحت– شعوريًا أو لاشعوريًا.

ويمكننا أن نتناول هنا ثلاث مجموعات من البحوث. تركز الأولى على استثارة رغبات إيجابية، مخففة للقلق (Silverman & Weinberger, 1985). تتأسس هذه الدراسات على النظرة التحليلية التى تشير إلى أن كثيرًا من البشر، وخاصة المَرْضى، لديهم رغبات للامتزاج أو التوحد بالأم الطيبة التى عايشوها فى طفولتهم (بمعنى: الأم المريحة، الحامية، المغذية). وفى بحث كاشف تم تقديم المنبه (**أنا وأمى شخص واحد**) بطريقة تحت–شعورية لمرضى فصاميين. إن التصور هو أنه لدى هؤلاء الأفراد رغبات قوية للامتزاج بما يمثل الأم الطيبة ومن ثم سيجدون مثل هذه الرسالة سارة(١) أو مخففة للقلق. وتتم مقارنة آثار هذه الرسائل بآثار رسائل أخرى محايدة من قبيل (**الأشخاص يمشون**)، وفى بعض الحالات يتم أيضًا تقديم تحت–شعورى لرسائل مهددة من قبيل (**أمى غادرت**). ويشير البحث حتى الآن إلى أن تقديم الرسالة (**أنا وأمى شخص واحد**) لاشعوريًا لهؤلاء المرضى يقلل بالفعل من مرضهم، ويدفع تقدمهم فى المواقف العلاجية والتربوية إلى الأمام (Weinberger, 1992).

نعرض ثانيا لاختبار لعقدة أوديب، التى تعمل – لدى فرويد– فى خوف الطفل الصغير من الإخصاء الذى يمكن أن يمارسه والده عليه نتيجة لرغبات الطفل

---

(١) Pleasurable

فى أمه، وهى رغبات منافسة لأبيه. لقد قدّمت فى هذا البحث أيضا تنبيهات تحت-شعورية للمبحوثين. تم تصميم هذه التنبيهات بحيث تُنَشِّط الصراعات اللاشــعورية ثم: إما أن تكثف أو تخفف من هذه الصراعات. كان التنبيه الذى تم اختياره لتكثيف عقدة أوديب هو **(من الخطأ أن أضرب أبى)**، بينما تم اختيار التنبيه **(لا بأس من أن أضرب أبى)** لتخفيف هذا الصراع. كما تم تقديم عدد آخر من التنبيهات مثل التنبيه المحايد **(الناس يمشون)**.

الجدول ٧-١

الصراع الأوديبى والأداء التنافسى

تشير البيانات إلى أن الاستثارة اللاشعورية للصراع الأوديبى **(خطأ أن أضرب أبى)** يمكن أن تتداخل مع الأداء التنافسى، بينما يمكن للتخفيف اللاشعورى من هذه الصراعات **(لا بأس من أن أضرب أبى)** أن يدعم ويقوى الأداء التنافسى.

نتائج مسابقة الرماية	من الخطأ أضرب أبى	لا بأس من أن أضرب أبى	الأشخاص يمشون
تقديم التنبيهات الثلاثة بالعارض السريع			
المتوسط قبل تقديم التنبيه	٤٤٣,٧	٤٤٣,٣	٤٣٩,٠
المتوسط بعد تقديم التنبيه	٣٤٩,٠	٥٣٣,٣	٤٤٢,٣
الفرق	- ٩٤,٧	+ ٩٠,٠	+ ٣,٣

المصدر:

Partial results adapted from "Simple Research Paradigm for Demonstrating Subliminal Psychodynamic Activation: Effects of Oedipal Stimuli of Dart-Throwing Acuracy in College Men" by L. H. Silverman, D. L. Ross, J. M. Adler, and D. A. Lusting, 1978, *Journal of Abnormal Psychology, 87*, p. 346. Copyright 1978 by the American Psychological Association. Adapted by Permission.

ويتم اختبار أداء المبحوثين فى مسابقة باستخدام لعبة رمى السهام الصغيرة ذات الريشة[١] قبل أن تقدم لهم التنبيهات تحت-الشعورية. ثم يتم قياس أدائهم فى هذه المسابقة مرة أخرى بعد تقديم إحدى الرسائل الثلاث. كان التوقع، بناء على نظرية التحليل النفسى، هو أن الرسالة **(من الخطأ أن أضرب أبى)** سوف تكشف الصراعات الأوديبية ومن ثم تؤدى إلى انخفاض فى الأداء على اللعبة، بينما يتوقع أن تخفف الرسالة **(لا بأس من أن أضرب أبى)** من حدة هذه الصراعات؛ ومن ثم تؤدى إلى تحسن فى الأداء. أما الرسالة المحايدة فقد كان المتوقع هو ألا يكون لها أى تأثير على الأداء. وكما يشير الجدول ٧-١؛ فإن هذا هو بالضبط ما أوضحته النتائج (Silverman, Ross, Adler, & Lusting, 1978).

تجدر الإشارة إلى عدة نقاط إضافية حول هذا البحث. **فأولاً** لم يتم الحصول على النتائج نفسها عندما كان يتم تقديم الرسائل فوق عتبة الشعور. لذلك يبدو أن التنشيط الدينامى النفسى يعمل على المستوى اللاشعورى لا المستوى الشعورى. **وثانيًا** كان على التنبيهات التجريبية أن ترتبط بالحالة الدافعية[٢] للمبحوثين، وكان علىالاستجابة المقيسة أن تكون حساسة للتغيرات فى هذه الحالة الدافعية. فى حالتنا هذه، تم أولاً "شحذ" المبحوثين بصور وحكايات تحتوى على مضمون أوديبى، ثم يتم تقديم لعبة رماية السهام بطريقة تتضمن بعدًا تنافسيًا. فى الإجمال، وكان المبحوثون يُشحذون لمستوى مرتفع من الدافعية التنافسية، وكانت التنبيهات المقدمة تحت-شعوريًا مرتبطة بهذه الدافعية، وقد عكس قياس الأداء التغيرات فى هذه الدافعية.

مرة أخرى، يتضمن البحث الثالث تنشيطًا للصراعات ومشاهدة التأثير على السلوكات المرتبطة ديناميا. وفى مقابل البحوث السابقة، تتم هنا مقارنة مجموعات

---

(١) Dart-Throwing لعبة يتم فيها رماية سهام صغيرة بحجم القلم على لوحة مستديرة معلقة على الحائط (المترجم).

(٢) Motivational State

مختلفة بطريقة دالة نظريًا. إذ تمت مقارنة نساء سويَّات بنساء يعانين من اضطرابات أكل(١)، وذلك فيما يتعلق بعدد قطع البسكويت التى ستأكلها كل منهن بعد التعرض لتنبيهات تحت-شعورية (أى بسرعة ٤ملليثانية) وهى الرسائل الثلاث التالية: (**أمى ستتركنى، أمى حتسلِّفه، مُنَى حتسلِّفه، على التوالى**). وعلى الرغم من أنه كان يقال للمبحوثات إنهن مشاركات فى اختبارات للتمييز البصرى والتذوقى، فإن الحقيقة هى أن الدراسة كان مصممة لاختبار الفرض القائل إن المبحوثات اللائى يعانين من اضطرابات أكل سيزدن من أكلهن استجابة للرسالة (**أمى ستتركنى**) بالمقارنة بالمبحوثات الأخريات والرسائل الأخرى. وكما يشير الجدول رقم ٧-٢؛ فإن الرسالة الحاسمة أثرت على سلوك الأكل فقط عند المجموعة التى تعانى من اضطرابات فى سلوك الأكل. بالإضافة إلى ذلك، فإن هذا الأثر كان يغيب عندما كانت التنبيهات تعرض فوق حد عتبة الشعور (٢٠٠ ملليثانية) (Patton, 1992).

من نظرية التحليل النفسى. وإلى الآن توجد حوالى ١٠٠ دراسة تقرر فى الإجمال مساندة نتائجها للنظرية ولوجود هذه الآثار. فى الوقت نفسه تظل النتائج غير متفق عليها، سواء داخل دوائر التحليل النفسى أو خارجها (Balay & Shevrin, 1988). يقع جزء من المشكلة فى أن النتائج لم تكن دائمًا قابلة للتكرار، رغم أن إحدى المراجعات القريبة للجهود المنشورة توحى بأن ثمة حجمًا كبيرًا من الأدلة تساند فكرة وجود هذه الآثار. وتبعًا لهذه المراجعة: " فإن السبب فى تعرض الدراسات الثلاث لتأثير التنشيط الدينامى النفسى تحت-الشعورى، فى إطار مستمد أن العمل غير متفق عليه، وفى أن جزءًا كبيرًا منه قد يظل كذلك، هو أنه لا يبدو متفقا مع علم النفس الأكاديمى بوضعه الحالى(*)، بل ربما كانت لديه أيضًا نكهة السحر". (J.Weinberger, 1992, p.176)

---

(١) Eating Disorders

(*) الذى يؤكد على أهمية امكان إعادة النتائج، وعموميتها عبر مختلف الثقافات والفئات (المراجع).

جدول ٧-٢

عدد البسكويتات المأكولة بعد التعرض للرسائل

تشير البيانات إلى أن الاستثارة اللاشعورية للقلق (أمي ستتركني - ٤ ميللي ثانية) عند المشاركات اللاتي يعانين من اضطرابات أكل يمكنها أن تؤدي إلى زيادة في نشاط الأكل. لا تظهر هذه الآثار مع المشاركات اللائي لا يعانين من اضطرابات أكل، ولا عندما تقدم التنبيهات فوق حد عتبة الإدراك الشعوري (٢٠٠ ميللي ثانية).

	أمي ستتركني	أمي حتسلفه
مشاركات مع اضطرابات أكل		
٤ ميللي ثانية (ن = ١٠)	١٩,٤٠ (ع = ٥,٤٨)	٨,٢٠ (ع = ٢,٥٦)
٢٠٠ ميللي ثانية (ن = ١٠)	٩,٦٠ (ع = ٣,٤٧)	٩,٥٦ (ع = ٣,٣٠)
مشاركات بدون اضطرابات أكل		
٤ ميللي ثانية (ن = ١٠)	٨,٥٠ (ع = ١,٥٧)	٨,٢٠ (ع = ٢,٩١)
٢٠٠ ميللي ثانية (ن = ١٠)	٨,٥٠ (ع = ٣,١)	٨,٦٠ (ع = ٢,٨٤)

المصدر:

"What Does It All Mean?," by J. S. Masling, 1992, in R. F. Bornstein and T. S. Pittman (Eds.), *Perception Without Awareness,* 266, New York: Guilford. Adapted from "Fear of Abandonment and Binge Eating," by C. J. Patton, 1992, *Journal of Nervous and Mental Disease, 180,* pp. 484–490. Reprinted by permission of Guilford Publications, Inc.

أدلة على الآليات الدفاعية:

مفهوم الدفاع مفهوم جوهري بالنسبة لنظرية التحليل النفسي. وتبعًا للنظرية فإن **الآليات الدفاعية** هي وحدات يستخدمها الأشخاص لتخفيض القلق مما ينتج عنه إقصاء بعض الأفكار والرغبات والمشاعر المرتبطة بالقلق عن الوعي. وتعمل هذه الدفاعات على إبقاء الأفكار والمشاعر خارج نطاق الوعي، كما أن الدفاعات نفسها لاشعورية. بمعنى أن الشخص لا يقرر شعوريا متى يستعمل آلية دفاعية ليدافع عن

نفسه في مواجهة القلق. و*الإسقاط* (أى عزو الشخص لدوافعه أو رغباته أو سماته غير المقبولة للآخرين) هو من الدفاعات القادرة على توضيح هذا الأمر. كذلك هناك دفاع *الإنكار* (أى إنكار الواقع الداخلى والخارجى المؤلم وإبعاده والاحتفاظ به بعيدًا عن الوعى). ويمكن لعزو العنف أو الرغبات الجنسية المرفوضة، إلى الآخرين دون الذات، أن يوضح لنا الإسقاط (Adams, Wright & Lohr, 1996). ومن الأمثلة الموضحة للإنكار ما وصفت به والدة الرئيس الأمريكى السابق "كلينتون" كيفية تعاملها مع الشدائد: "عندما تحدث أشياء سيئة؛ أقوم بعملية غسيل لمخى لأضعها خارج ذهنى. وأقوم ببناء صندوق محكم الإغلاق فى رأسى، أحتفظ فى داخله بما أريد التفكير فيه، ويبقى كل شىء آخر خارج أسواره. الداخل أبيض والخارج أسود. إن الرمادى الوحيد الذى أثق فيه هو تلك الخطوط الموجودة فى شعرى" (*The New York Times,* August 18, 1998, p.A12). على الرغم من أنها تعى أنها تفعل ذلك بشكل عام، فمن المفترض أنها لا تعى الظروف الخاصة التى تستخدم فيها الإنكار. يظهر الإنكار بشكل خاص عند مدمنى الكحوليات الذين ينكرون كميات الكحول التى يشربونها، وينكرون أن شربهم خارج عن سيطرتهم.

أجرى نيومان وداف وباومايستر (Newman, Duff and Baumeister, 1997) سلسلة دراسات مثيرة للاهتمام عن دفاع الإسقاط. كانت المسألة المطروحة هى إذا كان الأشخاص يرون فى الآخرين السمات الدقيقة التى يرونها فى أنفسهم ويخافون ويشمئزون منها أكثر من أى شىء آخر. فى الإجمال، وجدت ست دراسات دلائل على أن الحالة هى كذلك بالفعل. على سبيل المثال قارنت إحدى الدراسات مبحوثين تم تحديدهم بوصفهم كابتين(١) أو دفاعيين(٢) بآخرين غير

Repressors (١)
Defensive (٢)

كابتين[١]، وذلك ببحث مدى ترجيح أن يرى الشخص سمات فى الآخرين كان قد أشّر على بنودٍ تمثّلها، فى استخبار وضع خصيصًا لهذا الهدف، بوصفها كريهة تمامًا، ومن ثم يفترض أن تكون مهددة. وكانت السمات الأكثر تهديدا هى *وضيع، شرير، غير طيب، بغيض، كسول، أنانى*. وقرأ المبحوثون مقاطع تصف سلوكات غامضة، ثم سئلوا أن يعطوا تقديرات للسلوكات فى علاقتها بسمات متنوعة، بعضها كان المفحوص قد حدده بأنه من الصفات الكريهة؛ وبعضها الآخر لم يكن حدده كذلك. كان الكابتون – بالمقارنة بغير الكابتين– أميل بشكل دال لأن يستخلصوا أن السلوك الغامض للآخرين يعكس سمات مكروهة اجتماعيًا عندما كانت هذه السمات مهددة بشكل شخصى (الجدول ٧–٣). عمومًا لم يَمِل الكابتون أكثر من غيرهم لأن يروا الأسوأ فى الآخرين. أى أنهم أسقطوا السمات الأسوأ على الآخرين فقط عندما كانت هذه السمات تهددهم شخصيًا. بالإضافة إلى ذلك، أشارت تجارب أخرى إلى أن الكابتين يحاولون أن يفكروا بأقل درجة ممكنة فى كيف يمكن أن تكون لهم صفات كريهة، ويميلون إلى تصديق أنه ليست لديهم هذه الصفات: "بعبارة أخرى، لم يَبْدُ أن الكابتين، الذين قرروا أنهم لا يحبون الكسل والأنانية، يتفادون التفكير فى أنانيتهم وكسلهم الشخصيين وحسب، بل إنهم حين يُسألون أن يصفوا أنفسهم يرجح أن يصفوا أنفسهم بأنهم مجتهدون وكرماء" (p. 988). وأخيرًا، هناك دلائل على أن الكابتين لديهم صعوبة خاصة فى محاولة استعادة أحداث حياتهم المرتبطة بسماتهم الشخصية غير المرغوبة.

---

(١) Nonrepressors

جدول ٧–٣

تفسيرات الكابتين وغير الكابتين للسلوكات الغامضة، فى علاقتها بالسمات التى تم تحديدها فرديًا بوصفها مهددة، فى الدراسة ٣

السمة	السمات المتعالقة غير المحببة			
	مهددة		غير مهددة	
	متوسط	انحراف معيارى	متوسط	انحراف معيارى
غير الكابتين	٣,٢١	٠,٩٨	٣,٠٧	١,٠٧
كابتون	٢,٤٦	١,٠٥	٣,٤٦	٠,٧٨

ملحوظة: الدرجات الأقل تعنى المزيد من الأوصاف السلبية.

ويعد الكبت من أكثر الآليات الدفاعية مركزيةً لنظرية التحليل النفسى، وهى تلقى أكبر قدر من تضارب الآراء حولها. ويتخذ المفهوم أهمية متزايدة فى المجتمع اليوم بزيادة تقارير الحالات التى تستعاد فيها الذاكرة عن الخبرات المنسية التى حدثت فيها إساءات جنسية مبكرة (Loftus, 1993). عند هذه النقطة هناك دليل يوحى بوجود الكبت. ولا يمكن للمرء هنا ذكر الدليل الإكلينيكى وحسب، بل ودليلين تجريبيين أيضًا. فأولاً، بالنسبة للظاهرة المعروفة باسم *الذاكرة المعتمدة على الحالة*(١)، يستطيع الأشخاص استعادة ذكريات الأحداث التى كانت قد نُسيت عندما يكونون فى الحالة المزاجية نفسها التى كانوا عليها فى وقت الخبرة الأصلية (Bower, 1981). بعبارة أخرى، يمكن استعادة الذكريات التى اكتسبت فى حالة مزاجية معينة فقط عندما يكون المرء فى الحالة المزاجية نفسها فى أوقات لاحقة، وإلا فإنه لا يستطيع أن يستدعيها. مثل هذه الظاهرة تثير الاهتمام لأن بعض الانفعالات التى تنشأ خلال العلاج بالتحليل النفسى يمكنها أن تستحث استعادة مثل هذه الذكريات المعتمدة على الحالة.

State Dependent Memory (١)

يتضمن المسار الثانى من الأدلة التجريبية المؤيدة لمفهوم الكبت فحصًا للفروق الفردية لأشخاص مرتفعين ومنخفضين على مقاييس الكبت. وكما أشرنا آنفا، هناك دلائل على أن الكابتين يستدعون انفعالات سلبية من الطفولة بدرجة أقل من غير الكابتين، كما أن ذكرياتهم المبكرة السلبية أيضًا ترجع لسن أكبر من تلك التى ترجع إليها ذكريات غير الكابتين (P. J. Davis & Schwartz, 1987). فى الوقت نفسه يجب أن يكون واضحًا أنه إلى الآن لا توجد حصيلة قوية من الأدلة التجريبية التى تختبر عنصرين محوريين فى مفهوم التحليل النفسى عن الكبت، هما: أن النسيان مدفوع بتخفيض القلق، وأن الحاجز أمام الاستدعاء يتم نزعه فى ظل ظروف خاصة يمكن التدليل عليها (Caprara & Cervone, 2000). للأسف؛ فإنه يصعب تمامًا إعادة إنتاج الظروف اللازمة لتكرار المشاهدات الإكلينيكية عن الكبت تجريبيًا فى المعمل. من ثم؛ يبقى المفهوم موضع خلاف خارج دوائر التحليل النفسى. وأخيرًا، ليس هناك منهج معروف لتقييم مصداقية الذكريات المستعادة، سواء كانت إساءات جنسية أو أى أحداث أخرى.

ظل مفهوم الآليات الدفاعية موضعًا للخلاف خارج التحليل النفسى، خاصة مفهوم الكبت. ومع ذلك، تدعم المراجعات الأحدث، بما فى ذلك تلك التى يجريها بعض علماء الشخصية وعلم النفس الاجتماعى الذين لا يتفقون مع أفكار التحليل النفسى، تدعم هذه المعالجات المفهوم بشكل ما (Cramer & Davidson, 1998). على سبيل المثال، تستخلص إحدى مراجعات التراث الخاص بالآليات الدفاعية الفرويدية أنه: "من المبهر أن ننظر كيف تؤكد النتائج الحديثة فى علم النفس الاجتماعى، والتى يتم استخراجها، غالبا، عن طريق التجارب المعملية المنظمة، مع طلاب أمريكيين متكيفين بكفاءة، نقول من المبهر أن نرى كيف تؤكد حكمة نظرية فرويد، والتى انبنت فى معظمها على أساس ملاحظات غير منظمة لأوروبيين تعساء عقليا من حوالى قرن مضى" (Baumeister, Dale & Sommer, 1998, p. 1115). إن مسألة أن هذه الدراسات تتضمن تجاربا مع طلاب متكيفين بكفاءة

فى مقابل الدراسات الإكلينيكية التى تتم على مرضى هى مسألة جديرة بالملاحظة على نحو خاص. وبصورة أكثر عمومية، هناك دلائل جوهرية على أن الأشخاص يستخدمون كثيرا عمليات تنطوى على خداع للذات، وذلك للمحافظة على رؤى مرغوبة لهذه الذات. من الأمثلة البارزة والموضحة لعمليات الخداع الذاتى هذه أن يقبل الشخص أن ينسب إليه النجاح ويحصل على عائده، وأن يلوم الظروف الخارجية ويحملها مسئولية الفشل، وأن يقبل المرء الأدلة التى تضعه فى وضع إيجابى، وأن يرفض تلك التى تضعه فى موقف سلبى، وأخيرًا الميل إلى التقليل بقدر الإمكان من العائد السيىء، ولكنه يبقى منتظرًا الثناء والإطراء (Baumeister, 1998).

شرح اللاشعور الدينامى

قبل أن ننتقل إلى النظرة المعرفية، نظرة معالجة المعلومات للعمليات اللاشعورية، لنرجع إلى السؤال الجوهرى الخاص باللاشعور التحليلى النفسى، الدينامى: *كيف يمكن للذهن أن يعرف لاشعوريًا ما يفترض منه ألا يعرفه؟* إن أفعال القوى المتقابلة جوهرية بالنسبة للنظرة الدينامية للاشعور، وعلى الأخص الصراع بين العمليات الضاغطة فى اتجاه التعبير والوعى (مثلاً: الرغبات) وتلك التى تضغط فى اتجاه إبقاء الأفكار والمشاعر والرغبات المهددة بعيدة عن الوعى. كيف يمكن لعمليات لاشعورية أن تعمل فى مواجهة عمليات لاشعورية أخرى؟ كيف يمكننا أن "نعى" لاشعوريًا فكرة أو رغبة بحيث نمنعها من الوصول إلى الشعور؟

يصبح فهم مثل هذه العمليات مشكلة فقط إذا افترضنا مستويين -لاشعور وشعور. ومع ذلك، يمكننا أن نعالج هذه المشكلة إذا كنا على استعداد لتقبل إمكان وجود مستويات متعددة للوعى (Bowers, 1992). بعبارة أخرى، يمكن لبعض العمليات اللاشعورية أن تعمل على مستويات لاشعورية أعمق من عمليات أخرى على الرغم من أن تلك العمليات التى تقع على مستوى أقل عمقًا تظل لاشعورية.

فإنه يمكنها أن تمارس بعض الضبط والتحكم فى تلك التى تقع على مستويات أعمق. وهكذا، يمكن أن تكون العمليات الدفاعية، كالكبت، على مستوى أقل عمقًا فى اللاشعور وتمارس تحكمًا في الذكريات والأفكار والرغبات التى هى أكثر لاشعورية. وكما أن هناك مستويات متباينة من الوعى (بمعنى الشعور وقبل الشعور)، يمكن أن تكون هناك مستويات متباينة من اللاشعور.

أذكر هنا مريضين. حضر الأول للعلاج، لأنه شعر أنه لم يكن على اتصال كاف بمشاعره. وفى مسار العلاج، أصبح على وعى بأنه عندما يبدأ فى معايشة مشاعر معينة، كالغضب مثلاً، فإنه يشعر مباشرة بالتوتر. وتذكّر أنه عندما كان طفلاً كانت مشاعر الغضب تؤدى به مباشرة إلى خطر أو تهديد بالهجر. عندئذ قرر أنه من الأفضل ألا يشعر بالغضب. كان الأمر كما لو أنه كلما بدأ يشعر بالغضب، قال لنفسه: "لا تشعر بهذه الطريقة ولا تتعرف هذه المشاعر". وبدأ كل هذا يحدث بسرعة، ويصبح أكثر آلية بحيث إنه مع مرور الوقت لم يعد يعى أنه يفعل ذلك. وأصبح الآن يدافع لاشعوريًا ضد ما لا يعيه. فى الحقيقة، كانت هناك مرات فى العلاج أصابه فيها شعور سريع التلاشى بالغضب، ولكنه لم يكن يعيه. ومع ذلك كان وجهه وجسمه يعبران عن شعوره. وعندما طلب منه أن ينتبه ويصغى لما كان يحدث، أصبح واعيًا بالشعور سريع التلاشى الذى كان قد "قرر" أن يمرره ويتجاهله. مرة أخرى، حدث كل هذا بسرعة شديدة لدرجة أنه لم يكن حتى واعيًا بما كان يفعل (بمعنى أنه كان يدافع عن نفسه ضد شعور ما) أو بما كان يفعل ذلك ضده (بمعنى الشعور أو الغضب المصاحب بقلق).

فى الحالة الثانية قررت مريضة مكتئبة أنها لم تكن تفكر فى مسارها المهنى، ومن ثم فإن اكتئابها لا علاقة له بهذا المسار. وعندما بدأ المعالج يتكلم عن شكّها فى قدرتها على النجاح فيما أرادت، قالت: "لا أريد الكلام فى هذا؛ إنه يجعلنى عصبية أكثر من اللازم". أدى المزيد من النقاش معها إلى التعبير عن خوفها من الفشل وكذلك عن شعورها بالذنب بسبب احتمال عدم استمرارها فى المجال الذى

كان الجميع يخططونه لها. أصبح عدم التفكير فى الأمر برمته أقل ألمًا. وفى هذه الحالة، كانت واعية بشكل ما بعملية "اللاتفكير" وبمشاعر الذنب والقلق المصاحبة لعدم التقدم فى المجال الذى كان قد اختير لها. ومع ذلك فقد كانت تقرر كثيرًا أن مشكلتها الوحيدة هى فى أنه ليس لديها الطاقة لإلزام نفسها بالعمل الذى يجب إنجازه. وقامت بهذا التبرير بتفادى كلٍ من التهديد بالفشل والشعور بالذنب المصاحبين لاختيارها مسارًا مهنيًا آخر. بالإضافة إلى ذلك قامت بعقاب نفسها بقولها إنها كانت كسولة وإنها كانت – ببساطة– لا تعمل بما يكفى.

نرى فى هذه النماذج الإكلينيكية كيف يمكن للأفراد ألا يكونوا واعين– أو واعين وعيًا سريع الزوال، أو واعين بشكل مبهم– بأفكارهم ومشاعرهم المؤلمة، ومن ثم يوجهون انتباههم وجهة أخرى، بسرعة شديدة لدرجة أن العملية تمضى دون ملاحظة. وفى ظل ظروف يتوفر فيها التشجيع والمساندة؛ يمكنهم أن يعوا ما يفعلون وما يجتهدون للدفاع فى مواجهته. ومع ذلك، فحتى فى ظل العملية العلاجية، تظل هناك درجة من المقاومة المبدئية لهذه العملية، دون وعى بهذه المقاومة. يشبه الأمر عندما نتفادى استعمال يد مجروحة دون أن ننتبه إلى أننا نفعل ذلك، إلا أنه فى حالة اللاشعور الدينامى يكون نقص الوعى أعظم تمامًا – إنه لاشعورى كليًا وليس قبل شعورى جزئيًّا. ومرة أخرى، هذه العمليات المدهشة للمحلل النفسى هى التى يصعب تكرارها فى المعمل.

اللاشعور المعرفى[١]

نعود الآن لنلتفت لما سُمّى *اللاشعور المعرفى* (Kihlstrom, 1987, 1999). يرتبط هذا المنظور للاشعور بالنظرية المعاصرة التى تهتم بالمعرفة ومعالجة المعلومات. إن الحاسوب الحديث، مرتفع السرعة هو النموذج الذى يسهم فى فهم العمليات المعرفية، وفى هذه الحالة، فى فهم العمليات اللاشعورية. وتبعـ

---

(١) Cognitive Unconscious

لهذا المنظور؛ فإنه يمكن لعدد من العمليات أن يتم معا، أو في تأن، على الحاسوب دون أن "تعى" عملية منها باقى العمليات التى تجرى. بالإضافة إلى ذلك فإن هناك تفرقة بين "*عمليات المعالجة الآلية للمعلومات*[1]"، من ناحية و*العمليات المضبوطة*[2] أو المتحكم بها من ناحية أخرى. **فالمعالجة المضبوطة للمعلومات** معالجة عقلانية تتم فى ظل تحكم مرن من الفرد. أما **المعالجة الآلية للمعلومات** فهى لاقصدية[3]، ولاإرادية[4]، ولا يمكن التحكم فيها[5]، وهى تحدث خارج الوعى. بالإضافة إلى ذلك فإنه ينظر إلى العمليات المعرفية المضبوطة – التى يتم التحكم فيها– بوصفها عمليات تتطلب مجهودا، كما يحدث عندما نركز اهتمامنا على حل مشكلة، هذا بينما ينظر الى العمليات المعرفية الآلية بوصفها عمليات لا تتطلب مجهودا، كما يحدث فى حالة ربط الحذاء، أو قيادة سيارة. تستخدم العمليات المعرفية المضبوطة الكثير من الانتباه المتاح ومساحات التخزين. على سبيل المثال، يحتاج المرء إلى التفكير فى كل قواعد المرور فى بدايات تعلمه إلى القيادة. هذا بينما تستخدم العمليات الآلية القليل من المتاح من الانتباه ومساحات التخزين. ورغم أن العمليات الآلية قد لا تكون لها كل هذه الخصائص معا وبشكل دائم؛ فإنها تتميز بكونها لاقصدية ولاإرادية وتتم دون جهد وتحدث خارج الوعى (Bargh, 1992; Bargh & Ferguson, 2000). وأخيرا، ومن ثم، فإن العمليات المضبوطة ترتبط بالمعالجة الشعورية للمعلومات، وترتبط العمليات الآلية بالمعالجة اللاشعورية أو غير الشعورية للمعلومات. إن اللاشعور المعرفى يتضمن كل العمليات المعرفية غير المتاحة للوعى، بغض النظر عن السبب الذى يجعلها غير متاحة. وفى هذا السياق؛

Automatic Processing Of Information (١)
Controlled (٢)
Unintentional (٣)
Involuntary (٤)
Uncontrollable (٥)

فإن من المفترض أن "اللاشعور المعرفى يشمل جزءًا كبيرًا جدًا من الحياة الذهنية" (Kihlstrom. 1987. p.1446).

سوف نولى الانتباه، فيما سيلى، إلى الدلائل المتاحة عن التأثيرات اللاشعورية على المشاعر والاتجاهات والسلوك تجاه الآخرين. ثم ننتقل لنولى الانتباه لأهمية العمليات المعرفية الآلية، اللاشعورية للشخصية. قبل أن ننتقل إلى الدراسات المتعالقة مع هذه المواضيع، لنلتفت أولا إلى *تقنية الشحذ*(١) المستخدمة فى عدد كبير من هذه الدراسات (وليس كلها). تتضمن تقنية الشحذ التنشيط التجريبى(٢) للبناءات المعرفية خارج الشعور الواعى للمشارك فى التجربة. فى عام ١٩٨٣استخدم مارسل، وهو عالم نفس معرفى، تقنية الشحذ ليظهر أن الأفراد يمكن أن يتأثروا بمنبه لم يتم إدراكه شعوريًا. لقد قدم مارسل (Marcell. 1983) للمشاركين منبهًا (شاحذًا) (٣)عن طريق جهاز العرض السريع، يتلوه منبه آخر (قناع) (٤) لمنع التعرف الشعورى على المنبه الأصلى (الشاحذ). عندئذ كان يُطلب من المشاركين أن يقوموا بتعيين الكلمات التى ومضت على الشاشة. كان السؤال المطلوب الإجابة عنه هو عما إذا كان الشاحذ (أى الكلمة التى قُدمت أو عُرضت سريعًا بالعارض السريع، والتى مُنعت من الوصول للشعور عن طريق القناع) يمكنها أن تسهل تعرف الكلمات المرتبطة بها على الشاشة. لم تكن هذه هى الإجابة الفعلية وحسب، بل لقد امتد التأثير إلى الكلمات المرتبطة "من حيث المعنى" بالشاحذ المدرك لاشعوريًا (على سبيل المثال: ارتبطت كلمة "مركب" حين أتت شاحذا بكلمة "سفينة" بوصفها كلمة يتم التعرف عليها). هكذا فقد ظهر أن تقنية الشحذ مفيدة فى اختبار آثار الإدراك اللاشعورى على ما وراء ذلك من أنشطة معرفية.

---

(١) Priming Technique

(٢) Experimental Activation

(٣) Prime

(٤) Mask

وبشكل أكثر عمومية، يظهر إجراء الشحذ التأثير الممكن للتنبيهات المدركة لاشعوريا على الأفكار والمشاعر وأشكال السلوك. يمكن أن تكون هذه التنبيهات خارجية، كما هى الحال فى الإدراك العابر لشخص ما لم يتم استحضاره فى الوعى (على سبيل المثال: الإدراك تحت الشعورى أو الضمنى). كما يمكن أن تكون هذه التنبيهات داخلية أيضًا، كما هى الحال فى إدراك عابر آخر لشعور ما، ولكنه إدراك لم يتم استحضاره فى الوعى. إن مثل هذه الآثار الشخصية مهمة لتنشيط العمليات الآلية (أى: اللاقصدية، اللاإرادية، غير الواعية) المعرفية والانفعالية والدافعية (Bargh, 1997; Bargh & Chartrand, 1999; Bargh & Ferguson, 2000). هكذا فإن بعض علماء النفس ينظرون إلى هذه الآثار بوصفها حاضرة دائمة وتمامًا فى أدائنا اليومى.

التأثير اللاشعورى فى التذكر والإدراك:

يستخدم جاكوبى وزملاؤه (Jacoby& Kelly, 1992; Jacoby, Lindsay & Toth, 1992; Jacoby, Toth, et al., 1992) نموذجًا يضع فيه التأثيرات اللاقصدية أو اللاشعورية فى مقابلة مع العمليات الشعورية (المضبوطة) أو القصدية ليبرز أهمية الأولى. وعلى سبيل المثال، نذكر إلى التجربة التالية، التى تظهر أثر "الشهرة الزائفة". فى المرحلة الأولى من التجربة طلب من المشاركين أن يقرأوا قائمة من الأسماء لأشخاص غير مشهورين (مثلاً: حسنى عادل). كان نصف المشاركين يقرأ القائمة بانتباه كامل، بينما يقرأها النصف الآخر بنصف انتباه (حيث طلب من المشاركين فى هذا النصف أن يقوموا بمتابعة سلسلة من الأرقام يتم تقديمها لهم سمعيا). فى المرحلة الثانية يقرأ المشاركون قائمة أسماء تتضمن أسماء لأشخاص مشهورين، وأسماء لأشخاص غير مشهورين، وكذلك أسماء الأشخاص غير المشهورين التى قدمت فى المرحلة الأولى. طلب من المشاركين أن يحكموا على شهرة الاسم، هذا مع إعلامهم أن كل الأسماء من القائمة الأولى هى فى الحقيقة أسماء غير مشهورة. بعبارة أخرى، إذا استطاع الأشخاص تذكر أسماء

القائمة الأولى بوصفها كذلك؛ فإنهم سيكونون عندئذ على ثقة من أنها أسماء غير مشهورة. ومن الناحية الأخرى، إذا قرأ الشخص الاسم ولكن لم يستطع تذكره؛ فإن أثر الألفة "اللاشعورية" قد يجعلهم يحكمون على الاسم بالشهرة فى المرحلة الثانية من التجربة. يمكن القول، إجمالاً، إن الأثر اللاشعورى للشهرة الزائفة كان يعمل فى مواجهة أثر الاستدعاء الشعورى.

لنتذكر أنه فى المرحلة الأولى من التجربة، كان المشاركون موزعين على مجموعتين، إحداهما تتمتع بانتباه كامل أثناء قراءة القائمة الأول، والأخرى كان انتباهها مشتتًا على كل من القائمة وسلسلة الأرقام التى كان عليهم متابعتها. فهل نتوقع فرقًا فى الأداء بين المجموعتين؟ ما حدث هو أنه، كما كان مفترضًا، استطاع المشاركون الذين قرأوا القائمة بانتباه كامل أن يتعرفوا الأسماء غير المشهورة من القائمة الأولى عندما ظهرت من بين أسماء القائمة الثانية. أما الذين قرأوا القائمة بانتباه منقوص كانوا أكثر ميلاً للحكم الخاطىء على الأسماء غير المشهورة فى القائمة الأولى بأنها مشهورة، وذلك عندما ظهرت على القائمة الثانية. بعبارة أخرى؛ فإن قراءة الأسماء فى ظروف الانتباه المنقوص وفرت أساسًا لتأثير لاشعورى على الذاكرة، وهو ما لم يحدث فى حالة الأشخاص الذين كان انتباههم كاملاً أثناء القراءة. لقد حدث التأثير اللاشعورى الذى أساء تفسير الألفة بوصفها شهرة، مع مجموعة الانتباه المنقوص، ولم يحدث مع مجموعة الانتباه الكامل.

وفى تجربة عن التأثيرات اللاشعورية على الإدراك، قدم جاكوبى وزملاؤه (Jacoby, Allan, Collins & Larwill, 1988) إلى المشاركين جملاً سمعوها من قبل وأخرى لم تسمع من قبل. وتم تقديم الجمل على خلفية ضوضاء ذات درجات متباينة من الشدة، حيث كان على المشاركين أن يحكموا على شدة الضوضاء. وقدر المشاركون ضوضاء الخلفية تقديرًا منخفضًا (وخاطئًا) عندما كانت هذه الضوضاء خلفية للجُمل التى سمعوها من قبل، وذلك مقارنة بحكمهم على شدة الضوضاء التى كانت خلفية لجمل لم يسمعوها من قبل. بعبارة أخرى، استطاع

المشاركون أن يسمعوا فعليًا الجمل المسموعة من قبل بصوره أسهل، وذلك بسبب الألفة، ولكنهم بدلاً من إدراك ذلك أدركوا الضوضاء بوصفها أخف. يعنى هذا أن المشاركين كانوا غير قادرين على تعرف أثر الذاكرة على الإدراك، ومن ثم أدركوا فى خبرتهم الذاتية الضوضاء بوصفها أقل شدة. ووجد أن هذا الأثر آلى بمعنى أنه ظل موجودًا حتى عندما أُخبر المشاركون بأثر الإدراك السابق، وطلب منهم أن يتفادوه. لقد استمر المشاركون فى الحكم على ضوضاء الخلفية المصاحبة للجمل المسموعة من قبل، بوصفها أقل شدة من الضوضاء المصاحبة للجمل الجديدة. لقد كان الأثر لاشعوريًا وآليًا، حيث لم يكن المشاركون فى التجربة قادرين على الوعى به والتحكم فيه.

التأثير اللاشعورى على الانفعالات، والاتجاهات والسلوك تجاه الآخرين.

التفت علماء النفس منذ مدة إلى أن التعرض المتكرر للتنبيهات قد يزيد من جاذبيتها (Zajonc, 1968). وافترض أغلب هؤلاء العلماء أن مثل هذه الزيادة فى الاستجابة الوجدانية الإيجابية تجاه تلك التنبيهات ترجع إلى تعرفها شعوريًا. إلا أن البحوث التالية أوضحت أن هذه الآثار الإيجابية نفسها للتعرض للتنبيهات قد تحدث حتى عندما يكون التعرض أقصر وأسرع من أن يتم إدراكه شعوريًا (Kunst-Wilson & Zajonc, 1980; W.R. Wilson, 1979). بعبارة أخرى, لم يكن ضروريًا أن يعرف المرء شعوريًا أن الموضوع المدرك هو موضوع أليف لكى تحدث الآثار الإيجابية على المشاعر، أى أن الأفراد يشعرون بأكثر مما يمكن أن يعرفوه عن طريق الوعى الشعورى.

وتم الامتداد بهذا الخط البحثى عن طريق الباحثين فى علم النفس الاجتماعى، لكى يبرزوا كيف أن الاتجاهات نحو الآخرين يمكن أن تتأثر لاشعوريًا. ففى إحدى الدراسات تم تزويد مجموعات تجريبية مختلفة بقوائم من الكلمات، حيث تحتوى كل قائمة على نسب متفاوتة من الكلمات العدائية، وتتروح هذه النسبة بين صفر% إلى

٨٠%، وتم تقديم هذه الكلمات على مستوى أقل من مستوى التعرف الشعورى. ثم قدّم للمشاركين وصفٌ لشخص، وكان هذا الوصف غامضًا فيما يتعلق بعدائية هذا الشخص، ثم طلب من المشاركين أن يعطوا درجات لهذا الشخص على عدد من سماته. وعلى الرغم من عدم إدراكهم للكلمات؛ فقد أعطى المشاركون للشخص درجات سلبية، تصاعدت سلبيتها تبعًا لتصاعد نسبة الكلمات العدائية التى وجدت فى قائمة الكلمات التى تعرضوا لها (Bargh & Pietromonaco, 1982).

وفى دراسة أخرى يبرز التأثير اللاشعورى لبعض التنبيهات على إدراك الآخرين؛ تعرض المشاركون فى المجموعة التجريبية لإحدى المُجَرِّبات التى كانت تتصرف بطريقة مملة وغير مهذبة، بينما تعرض المشاركون فى المجموعة الضابطة للمجربة نفسها والتى كانت تتصرف مع هذه المجموعة بطريقة مهذبة. ثم كان المشاركون من المجموعتين كلتيهما يذهبون إلى حجرة أخرى لإجراء دراسة أخرى، وطلب منهم أن يختاروا أيًا من كان من بين المجربين أو المجربات المتاحين. وقد أتاح مصممو التجربة للمشاركين اثنتين من المجربات فى هذه الغرفة الثانية، إحداهما كانت تشبه المجربة الأولى إلى حد كبير، بينما لم تكن الأخرى تشبهها. وعلى الرغم من أن المشاركين لم يكونوا واعين بأساس اختياراتهم، فإن المشاركين من المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للمجربة التى كانت تتصرف معهم بشكل ممل وغير مهذب أظهروا ميلاً أكبر، وبصورة دالة، لتحاشى المجربة التى تشبه الأولى، وهذا مقارنة بالمشاركين من المجموعة الضابطة الذين تعرضوا للمجربة "المهذبة" (انظر: الشكل ٧-١). وتم الحصول على دليل آخر على أن هذه الآثار لاشعورية، وذلك عندما تبين أن المشاركين فى المجموعة التجريبية لم يقوّموا -فيما بعد- تفاعلهم مع المجربة الأولى بشكل أكثر سلبية مما فعل المشاركون من المجموعة الضابطة (Lewicki, 1985). وبوجه عام؛ فإن آثار الخبرة الأولى على السلوك الاجتماعى كانت آلية ولاشعورية.

الشكل ٧–١

جـ ب أ

يوضح المجربات الثلاث اللاتى قمن بتجربة آثار الأحداث المفردة المؤدية إلـى التحيـز. وعلى الرغم من أن المشاركين لم يكونوا على دراية بأساس اختيارهم؛ فأظهر الـذين تعرضـوا للمجربة (أ) وهى تسلك بطريقة غير مهذبة ميلاً أكبر، وبشكل دال، لتفادى العمل مـع مجربـة أخرى تشبهها شكلاً (ب) مفضلين مجربة لا تشبهها (جـ)، وذلك أكثر مما فعـل المـشاركون الذين تعرضوا لـ (أ) وهى تسلك بطريقة مهذبة.

المصدر:

From "Nonconscious Biasing Effects of Single Instances on Subsequent Judgments," by P. Lewicki, 1985. Journal of Personality and Social Psychology, 48. *Photos provided by author.)*

يأتى استعراض آخر للتـأثيرات اللاشـعورية علـى الاتجاهـات والـسلوك الاجتماعى من دراسات التشريط تحت الشعورى للاتجاهات(١) التـى قـام بهـا كروزنيـك وزمـلاؤه (Krosnick, Betz, Jussim, & Lynn, 1992). عُرضت –فى هذه الدراسة– على مجموعتين من المشاركين سلسلةٌ مـن الـصور لإحدى الفتيات. وفيما يخص إحدى المجموعتين، كان هناك عرض تحت شـعورى لصور أخرى من شأنها أن تستثير الوجدان إيجابيًا، وكان هذا العرض يسبق عرض صور الفتاة المشار إليها. هذا بينما تعرّض أفراد المجموعة الأخرى (تعرضًا تحت

Subliminal Conditioning of Attitudes (١)

شعورى أيضا) لصور من شأنها أن تستثير الوجدان سلبيا. ومن الصور المستثيرة لوجدان إيجابيا صور لزوج من العرسان حديثى الزواج، أو مجموعة من لأشخاص تلعب بالورق وهم يضحكون، أو فتى وفتاة فى موقف رومانسى. وفى لمقابل، ومن الصور المستثيرة للوجدان سلبيًا كانت هناك صور لجمجمة، ولشخص ممسوخ فى صورة ذئب، أو لوجه فى وسط النار، أو لسلة مملوءة بالثعابين. وبعد أن يتم عرض الباقة المشتركة من صور الفتاة المستهدفة، على مستوى أعلى من مستوى حد عتبة الإدراك الشعورى، كان على المشاركين أن يجيبوا عن أسئلة ستخبار يسألهم عن اتجاهاتهم نحو صاحبة الصور، وعن اعتقاداتهم حول شخصيتها، وكذلك عن اعتقاداتهم فيما يخص جاذبيتها الجسمانية.

هل سيؤثر التعرض تحت الشعورى السابق لكل من المستثيرات الإيجابية والسلبية للوجدان على الاستجابات الخاصة بالاستخبار؟ وهل سيظهر هذا التأثير بالنسبة للمستويات المختلفة لكل من المحاور الثلاثة التى يسأل عنها الاستخبار (أى: الاتجاهات، والمعتقدات حول الشخصية، والمعتقدات حول الجاذبية الجسمانية)؟ إن ما وجد هو أنه كانت لدى المشاركين فى مجموعة المستثيرات الإيجابية للوجدان اتجاهات أكثر إيجابية تجاه صاحبة الصور، وقد قدروا شخصيتها تقديرات أكثر إيجابية أيضًا، ولكنهم لم يقدروا جاذبيتها الجسمانية فى مستوى أعلى مما فعل أفراد المجموعة الأخرى (الجدول ٧-٤). ربما ترجع النتيجة الأخيرة إلى أن الصور الفوتوغرافية وفرت معلومات موضوعية عن الخصائص الجسمانية للفتاة أكثر مما يمكن أن تفعل بالنسبة لخصائص الشخصية. وفى الإجمال، تم تشريط الاتجاهات نحو الفتاة الهدف عن طريق التعرض تحت الشعورى القبلى للتنبيهات المتفاوتة، وهو ما يبرز، مرة أخرى، العناصر اللاشعورية فى مسألة تكوين الاتجاه.

جدول (٧-٤)

الاتجاه، والمعتقدات حول الشخصية، وحول الجاذبية الجسمانية في ظل الظروف الإيجابية والسلبية

تشير البيانات إلى أن التعرض تحت الشعوري لتنبيهات مثيرة إيجابيًا أو سلبيا للوجدان يمكنها أن تؤثر على استجاباتنا تجاه الآخرين. تكون هذه الآثـــار أعظـــم عندما تكون المعلومات المتوفرة غامضة (كما هو الحال بالنسبة لتكوين الاتجاهات والأحكام حول الشخصية) منها عندما يكون هناك مزيد من المعلومات الموضوعية المتوفرة (كما هو حال الجاذبية الجسمانية).

القياس التابع	وضع المفهوم		الفرق
	إيجابي	سلبي	
الاتجاهات	٥,٣٤	٥,٠٦	٠,٢٨
المعتقدات حول الشخصية	٥,٢٦	٥,٠٦	٠,٢٠
المعتقدات حول الجاذبية الجسمانية	٤,١٤	٤,١٥	٠,٠١ -
ن	٦٤	٦٤	

ملاحظة: يمكن أن تتروح التقديرات من ١ إلى ٧؛ حيث تشير الأرقام الأعلى إلى مزيـــد من الاتجاهات والمعتقدات المحببة.

المصدر:

"Subliminal Conditioning of Attitudes" by J. A. Krosnick, A. L. Betz, L. J. Jussim, and A. R. Lynn, 1992, Personality and Social Psychology Bulletin, 18, p. 157. Sage Publications, Inc. Reprinted by permission.

وتظهر الدراسات المعروضة في هذا القسم التأثير اللاشعوري على الاتجاهات وعلى السلوك الاجتماعي. وأصبح وجود هذا التأثير الآن مـــستقرا فـــي الأوســـاط العلمية، وخاصة ذلك الذي يتم عن طريق عمليات التشريط الكلاسيكي (Olson & Fazio, 2001). وتظهر أهمية هذا التأثير لكونه شديد الـــشيوع بالإضـــافة الـــى

مقاومته الكبيرة للتغير. والواقع أن هذه الآثار يمكن أن تمثل الأساس لكثير من الأحكام النمطية والقبلية المتحيزة، إذ أننا نتعرض أثناء ارتقائنا عبر مراحل العمر – تحت شعوريا– لما يستثير فينا اتجاهات نحو الجماعات المغايرة لنا. ويمكن لمثل هذا التعرض أن يؤدى إلى تكويننا لتحيزات انفعالية تجاه أعضاء هذه الجماعات، وذلك دون أن نعى تحيزاتنا هذه أو أسسها التى تتأسس عليها. ويمكن أيضًا لهذه التحيزات أن تقاوم بشدة أى معلومات من شأنها أن تصححها أو تعدّل فيها، ذلك أنها قد تتأسس على تشريط انفعالى، هذا بالإضافة إلى كونها لاشعورية وآلية. بل قد تكون هذه الآثار اللاشعورية أهم من الآثار الشعورية على مسألة تكوين الاتجاه.

وتقدم دراسات بارج وشِن وبورّوز نماذج مهمة للتأثير اللاشعورى أو الآلى على السلوك الاجتماعى (Bargh, Chen & Burrows; 1996). ففى تجربة (هى الأولى من ثلاث تجارب) تم شحذ(١) المشاركين بالمفهوم فـظ أو مُهَـذَّب أو لافـظ ولامُهَذَّب". أما فى المرحلة الثانية من التجربة، فقد كان على المشاركين أن ينتظروا بينما انهمك المجرب وأحد مساعديه فى الكلام. لقد كان السؤال: ما المدة التى سيقضيها المشارك فى الانتظار قبل أن يقوم بمقاطعة مجرى الحديث للسؤال عن المرحلة الثانية من مهمته التجريبية؟ هل سيؤثر المفهوم الذى تم شحذه على هذه المدة المنقضية قبل المقاطعة؟ لقد كان الفرض أن المشاركين الذين خضعوا للوضع "فظ" من المفهوم المشار إليه، سوف يقومون بالمقاطعة بشكل أسرع من هؤلاء الذين خضعوا للوضع "مهذب"، بينما يقع الذى تم معهم شحذ الوضع "لا فظ ولا مهذب" فى الوسط بين المجموعتين من حيث سرعة المقاطعة. وبالفعل، قاطع الذين خضعوا للوضع *فظ* بصورة أسرع وبشكل أدل مما فعل المشاركون فى المجموعتين الأخريين. وكمؤشر آخر على التأثيرات الفارقة للشحذ، قامت أغلبية المجموعة المشحوذة بالوضع *فظ* بالمقاطعة فى خلال عشر دقائق، بينما قامت

Priming Technique (١)

بذلك نسبة ضئيلة من المجموعة المشحوذة بالوضع "مهذب"، وقد وقعت مجموعة الوضع "*لا هذا ولا ذاك*" فى الوسط بالنسبة لمن قاموا منها بالمقاطعة فى مدة الدقائق العشر.

وفى تجربة ثانية، تم شحذ مجموعة من المشاركين بنموذج *نمطى لشخص مُسن*، بينما شُحذت مجموعة أخرى *بشاحذ محايد*، لا يمت بصلة للنموذج المسن. وعندما كان المشاركون يغادرون موقع التجربة، كان المجربون يقيسون (دون علم المشاركين) المدة الزمنية التى يستغرقها كل مشارك للوصول إلى نقطة معينة. ووجد أن المشاركين المشحوذين *بالنموذج النمطى المسن* يصلون إلى تلك النقطة بصورة أبطأ من هؤلاء المشحوذين *بالشاحذ المحايد*. بعبارة أخرى؛ فنتج بطءٌ فى سرعة المشى عن التنشيط اللاشعورى بالنموذج المُسِن.

أما التجربة الثالثة فقد صممت لدراسة أثر التنشيط الذى يحدثه نموذج نمطى لأمريكى من أصل أفريقى على السلوك الاجتماعى. حيث طلب من مشاركين أمريكيين من أصول غير أفريقية أن يعملوا على مهمة غير مسلية بل مملة. وتتكون من عدة محاولات. وقبل كل محاولة كان يتم شحذ مجموعة من المشاركين بطريقة تحت شعورية، بصورة لوجه شاب أمريكى من أصل أفريقى، بينما يتم شحذ مجموعة أخرى بصورة لشاب قوقازى. بعد ١٣٠ محاولة من المحاولات المملة، قيل للمشاركين إنه قد حدثت مشكلة ميكانيكية ومن ثم فإنه سيكون عليهم تكرار المحاولات. وقد كانت هناك كاميرا فيديو مخفية لتسجيل الاستجابات التلقائية التى ظهرت على وجوه المشاركين عند سماعهم هذا الخبر. كما أُجرى تقدير مستقل لحجم الامتعاض أو العدائية المعبر عنهما. وفى النهاية، أجاب المشاركون عن أسئلة استخبارين يقيسان الاتجاهات العنصرية. لقد كان الفرض الموضوع هو أن المشاركين الذين تعرضوا لصور الأمريكيين ذوى الأصول الأفريقية سيتفاعلون بعدائية أعلى من أولئك الذين تعرضوا لصور الوجوه القوقازية، وذلك عند سماعهم لأنباء الأعطال الميكانيكية التى تحتم إعادة التجربة المملة. وبالفعل كانت لإجراءات

الشحذ آثار دالة؛ فقد أظهرت المجموعة الأولى عدائية أعلى من المجموعة الثانية، تم قياسها عن طريق كل من ردود الفعل البادية على وجوههم وسلوكهم الذى عبروا به. ويلاحظ أنه لم تكن هناك علاقة بين درجات المشاركين على استخبارى الميول العنصرية ودرجة تأثير الشحذ. هكذا فإن المشاركين الأقل فى اتجاهاتهم العنصرية تصرفوا بعدائية مشابهة لأولئك المرتفعين فى هذه الاتجاهات عندما شحذوا بالنماذج المشار إليها.

والخلاصة أنه تم الحصول – عبر التجارب الثلاث– على دليل على التنشيط اللاشعورى، الآلى لمفهوم أو نموذج نمطى كان له أثره على السلوك التالى له. فكان الاستنتاج الذى تم الوصول إليه، هو: أنه يمكن للسلوك الاجتماعى أن يُستحث آليًا عن طريق خصائص البيئة: "فالسلوك الاجتماعى مثله مثل أى رد فعل آخر للموقف الاجتماعى، يمكن حدوثه فى غياب أى تدخل شعورى" (Bargh et al., 1996, p.242). إن متضمنات هذا الاستنتاج درامية وبعيدة المدى.

تكوينات الإتاحة المتواصلة[1] (أول العمليات الكلية لإدراك الفرد للعالم وتفسيره له):

تناولنا حتى الآن، وفى إطار اللاشعور المعرفى، دور العمليات اللاشعورية فى التذكر والإدراك والاتجاهات والسلوك بين الأفراد [2]. ونتناول الآن الطريقة التى يمكن أن تعمل بها مثل هذه العمليات داخل الفرد[3]. إن المفهوم المستخدم لتعريف هذه العمليات الأخيرة هو **تكوينات الإتاحة المتواصلة**، أو العمليات الآلية لإدراك العالم وتفسيره. تناولنا فى الفصل الثالث تكوينات كيلى Kelly أو الطرق التى يفترضها لتفسير العالم. يفترض مفهوم تكوينات الإتاحة المتواصلة أن هناك

(1) Chronically Accessible Constructs
(2) Inter-Individual
(3) Intra-Individual

طرقا آلية يرى بها الفرد العالم، وهى آلية بمعنى أنها طرق تنشط بسرعة وتصبح جاهزة بمعلومات ضئيلة (Bargh, 1989; Higgins, 1989). ولتكوينات الإتاحة المتواصلة خصائص العمليات المعرفية الآلية: فهى لاقصدية، فعالة، ليس هناك تحكم فيها، كما أنه ليس هناك وعى بها. وتمثل النماذج النمطية[1] نموذجًا واضحًا لهذه الأبنية. كذلك يحيل مفهوم تكوينات الإتاحة المتواصلة إلى طرق رؤية الذات أو إدراكها؛ ذلك أن الانتباه المطلوب لمعالجة المعلومات المتصلة بالذات، هو انتباه أقل من المطلوب لمعالجة معلومات لا تتصل بالذات (Bargh, 1992). كما تُستخدم هذه التكوينات بتكرار أعلى من الأنواع الأخرى من التكوينات (التى تتطلب دعمًا وانتباهًا وتحكمًا شعوريًا)، كما تتطلب أيضا مستويات أقل من الجهد والانتباه الموجه. كذلك تجعل هذه التكوينات متكررة الاستخدام انتباهنا وتذكرنا متحيزيْن فى اتجاه تأكيد مضمون هذه التكوينات. بعبارة أخرى، بمجرد أن يصبح أحد التكوينات متكرر الاستخدام، أو آليًا، فإنه يجعلنا منحازين نحو إدراك وتذكر أحداث تؤكد هذا التكوين، فى مواجهة أحداث قد تغير فيه أو تحوله. فإذا كنا نعتقد أن أحدًا صالحًا؛ فنحن نميل إلى إدراك وتذكر الأحداث بطرق تؤكد صلاحه. وفى المقابل؛ إذا كنا نعتقد أن أحدًا شريرًا؛ نميل إلى إدراك وتذكر الأحداث بطرق تؤكد شرَّه. ويصدق الأمر نفسه على تكوينات أخرى من تكوينات الإتاحة المتواصلة؛ مما يمكن أن يكون لدينا عن أنفسنا أو عن العالم من حولنا. إننا مشحوذون أو مستعدون – بمعنى ما– لإدراك أنفسنا وإدراك الآخرين بطرق معينة.

ينبغى أن يكون واضحًا أن هناك فروقًا فردية كبيرة بين الأفراد فى أنواع تكوينات الإتاحة المتواصلة التى توجد لدى كل فرد. بمعنى أن كلا منا له تكويناته للإتاحة المتواصلة، والتى تجعله أميل إلى أن يرى نفسه ويرى الآخرين بطرق معينة (Andersen & Berk, 1998; Glassman & Andersen, 1999). إن

---

(1) Stereotypes

ما هو مشترك بالنسبة لكل البشر هو أثر هذه التكوينات، وهو أثر مشترك بين كل العمليات الآلية اللاشعورية. أما ما هو متفرد بالنسبة للشخص فهو طبيعة تكوينات الإتاحة المتواصلة التى تدخل فى الحسبان. إن ما له أهمية خاصة، بالنسبة لأداء الشخصية، هو تكوينات الإتاحة المتواصلة التى تكون لدى الأفراد عن أنفسهم: من هم، ما الذى يمكن أن يكونوه، ما الذى ينبغى أن يكونوا عليه، وما الذى ينبغى ألا يكونوا عليه. وكما سوف نرى فى الفصل القادم عن الذات، فإن الشعور بما يمكن أن نكونه يشكل دافعا قويًا لنا. كما يمكن، على العكس، أن تشكل التناقضات أو الفروق الموجودة بين ما نعتقد أنه نحن، وما نعتقد أننا ينبغى أن نكونه، مصادر للمعاناة والألم الانفعاليين. يمكن لهذه الآثار المتصلة بشعورنا عن ذاتنا أن تبلغ درجة من الحدة تجعلها لاشعورية وغير قابلة للتحكم إلى حد كبير– كما يعبر عن ذلك مفهوم تكوينات الإتاحة المتواصلة– (Higgins, 1997, 2000).

ملخص

تناولنا فى هذا القسم ظواهر لاشعورية من منظور نظرية المعلومات أو النظرية المعرفية. ويتم هنا تأكيد أهمية العمليات المعرفية التى هى فى غير متناول الوعى. توصف هذه العمليات بأنها آلية، أكثر منها مضبوطة، كما ينقصها الوعى، إلى جانب كونها لاقصدية ولاإرادية. إن العمليات الآلية تتسم بالسرعة والكفاءة؛ فهى لا تتطلب جهدًا أو مساحة تخزين كبيرين فى الوعى. وعلى الجانب الآخر، تؤثر هذه العمليات فى الإدراك والذاكرة والاتجاهات نحو الآخرين، وفى اتجاهاتنا نحو أنفسنا، وتكون هذه التأثيرات جميعها خارج وعينا وتحكمنا الشعوريين. وتتباين الآثار النهائية لهذه العمليات تبعا للفرد وللظروف المحيطة. كما تتباين هذه الآثار أيضا تبعا لمدى إمكان إخضاع تلك العمليات للوعى وللتحكم الشعورى.

مقارنة بين كل من المنظور الدينامى والمعرفى للاشعور

يمكننا الآن إجراء مقارنة بين النظرتين المختلفتين للاشعور، النظرة الدينامية لنظرية التحليل النفسى، والنظرة المعرفية لنظرية معالجة المعلومات. إن النظرتين كلتيهما تؤكدان أهمية العمليات اللاشعورية وأثرها على التفكير والمشاعر والأفعال. ومع ذلك فهناك فروق أساسية بينهما، ومن ثم فقد كان لكل منهما تأثير محدود –ولدرجة مدهشة– على الأخرى.

أن يتأثر الأفراد وبشكل مهم بمعلومات تحت مستوى الوعى الشعورى؛ فإن هذه نظرة مشتركة يتمسك بها كل من أنصار نظرية التحليل النفسى وأنصار نظرية معالجة المعلومات. ما هى، إذن، الاختلافات بينهما، وإلى أى مدى تعد هذه الاختلافات أساسية؟ توجد أربعة اختلافات أساسية بينهما:

أولا: تختلف *مضامين* اللاشعور لدى كل منهما عنها لدى الطرف الآخر. فتبعًا للتحليل النفسى تتمثل المضامين الكبرى للشعور فى الأمانى وأحلام اليقظة والأفكار والمشاعر، والتى تتميز جميعها بكونها جنسية أو عدوانية. أما بالنسبة لمنظور معالجة المعلومات؛ فإن مضامين اللاشعور هى أساسًا أفكار، وليس من الضرورى أن تكون لها دلالة دافعية خاصة بالنسبة للفرد. ويرى إيجل (Eagle, 1987)، "أن اللاشعور الدينامى فى التحليل النفسى هو، وقبل كل شيء، لاشعور خاص بالمساعى، والدوافع، والحوافز، فى مقابل اللاشعور المعرفى عن الأفكار والعمليات الفكرية" (p.161).

ثانيا: تختلف *وظائف* اللاشعور فيما بين المنظورين. فمن منظور التحليل النفسى، تؤدى العمليات اللاشعورية وظائف دفاعية؛ بمعنى أنها تحمى الفرد من الأفكار والمشاعر والذكريات المؤلمة. أما منظور معالجة المعلومات فلا يشير إلى أية وظائف دفاعية من هذا القبيل. إذ تبعًا لهذا المنظور الأخير، تكون المعارف

لاشعورية لأنه لا يمكن معالجتها على المستوى الشعورى، أو لأنها لم تصل لهـذا المستوى أصلا، أو لأنها قد أصبحت روتينية وآلية لدرجـة لا تحتاج معها للمعالجة الشعورية. هكـذا فإن لـدى منظـرى معـالجة المعـلومات صعوبة خاصة مع تأكيد التحلـيل النفسى لدفاعـات خـداع الذات(١) والكبت (Greenwald, 1992; Higgins, 1989; Kihlstrom, 1999). ليس من الضرورى، بالنسبة لهـم، أن نفترض مثل هذه العمليات المعقدة. بدلاً من ذلك يمكن للمـرء أن يؤكـد المفهـوم الأبسط عن الذاكرة الضمنية لكى نفترض أن الأحداث، بعد أن تُدرك شـعوريا، لا تظل متاحة للوعى فى صورة جاهزة. ويمكن للذكريات الضمنية عندئذ أن تـصبح صريحة، أى شعورية، وذلك تبعًا لمجموعة متنوعة من الأسباب. إذن "فتقريـر أن الذاكرة الصريحة – تتحول إلى– ضمنية هو تقرير أبسط فى ترجمته النظرية مـن تقرير التحليل النفسى والذى يتطلب قوة لاشعوريـة حصـيفة ومعقدة ومُطّـلعة (بل يقترب اطلاعها من حدود الكلية)" (Greenwald, 1992, p.773).

والاختلاف **الثالث** بين المنظـورين يـرتبط *بالطبيعـة الكيفيـة* للعمليـات اللاشعورية. فتبعًا لمنظور التحليل النفسى، فإن "لغة" اللاشعور تختلف جوهريًا عن "لغة" العمليات الشعورية. وتتميز العمليات المعرفيـة للاشـعور بأنهـا لامنطقيـة ولاعقلانية. وتعد الرموز والمجازات أو الاستعارات والأحلام كلها تعبيرات عـن العمليات المعرفية اللاشعورية. وفى المقابل؛ فإن العمليات المعرفية الشعورية تتبع عادة قواعد المنطق والعقلانية. أما بالنسبة للمنظور المعرفى؛ فليست هناك حاجـة لوجود اختلافات جوهرية بين العمليات المعرفية الشعورية واللاشـعورية؛ فـيمكن للعمليات اللاشعورية أن تكون بالذكاء والمنطق نفسه الذى يميز العلميات الشعورية. ويذكر كيلستروم، وهو أحد مؤيدى المنظور المعرفى، عن هذه المقابلة ما يلى:

---

(١) Self-Deception

إن اللاشعور النفسي الموثق بعلم النفس العلمي المعاصر مختلف تماما عما كان في أذهان سيجموند فرويد وزملائه من المحللين النفسيين في فيينا. كان لاشعورهم حارا ولزجا، وكان يتأجج بالشهوة والغضب، كان هلوسيا، بدائيا ولاعقلانيا. أما لاشعور علم النفس المعاصر فهو أطيب وأهدأ من ذلك، كما أنه أكثر ارتباطا بالواقع وعقلاني، حتى وإن لم يكن باردا تماما أو جافا تماما (Kihlstrom, Barnhardt & Tataryn, 1992, p.789).

أما الاختلاف **الرابع** فيتصل *بالقابلية للشعور*. بالنسبة للمحللين النفسيين؛ فإن عناصر اللاشعور الدينامي ليست متاحة أو حاضرة في متناول الشعور. لابد من توفير ظروف خاصة حتى يمكن لمضامين اللاشعور أن تصل للشعور، وذلك بسبب وجود حواجز دفاعية تقاوم هذا العبور. ويمكن لهذا العبور أن يحدث في الأحلام، إلا أن ذلك يرجع لكون الطبيعة الحقة للرغبات اللاشعورية في حالة تنكر. أما أثناء التحليل النفسي؛ فيمكن أن تتقدم هذه الرغبات عن طريق عمليات التداعي الحر، حيث يتم تشجيع المريض على قول كل ما يرد على خاطره، وهكذا يوفر التداعي الحر تخلخلاً في ضوابط العمليات الدفاعية. ويؤكد التحليل النفسي على الرموز وزلات اللسان والمعاني الخفية والدوافع الممكنة وراء الأفعال "اللاقصدية"، وهو ما يتجمع كله ليضع المريض في وضع أكثر صلة بلاشعوره. وعندما يتم استدعاء الذكريات اللاشعورية التي كانت قد كبتت؛ فإن الافتراض القائم هو أنه تم استدعاؤها على نفس النحو الذي كانت موجودة عليه في اللاشعور، ويفترض بالنسبة لأغلب الذكريات أنه قد تم استدعاء الأحداث بالشكل نفسه الذي خبرت به أول مرة. وهكذا يميل المحلل النفسي لافتراض أن الذاكرة المستدعاة كانت موجودة في اللاشعور بالصيغة نفسها حتى تم الاستدعاء، وأن الذاكرة ظلت كما هي منذ حدوث الحدث أول مرة.

أضواء على باحث

اللاشــــعور الـــنفـــسى

(جون ف. كيلستروم John F. Kihlstrom)

ارتقى اهتمامى بالعمليات العقلية اللاشعورية تدريجيًا وأحيانًا بالمصادفة، من خلال بعض تلك المصادفات العشوائية ذات الأهمية الكبيرة فى تشكيل ما نحن عليه الآن. لم تجذبنى أبدًا أفكار فرويد – الذى قرأت بعض عمله حينما كنت فى المدرسة الثانوية. وعندما كنت دارسًا جامعيًا لعلم النفس فى جامعة كولجيت؛ اهتممت جدًا بالتوجهات الوجودية لدراسة الشخصية، كما رغبت فى محاولة دراستها كميًا. وبعد تخرجى تم تعيينى متدربًا على الأستاذ وليام إدمونستون William E.Edmonston – المتقاعد حاليًا– الذى كان مسئولاً عن معمل للتنويم الصناعى. وكان هذا هو ما سلب لبى. ولم أدرك الرابطة التاريخية بين التنويم الصناعى والهستيريا إلا عندما اشتركت فى أبحاث التنويم مع كلٍ من مارتن أورن Martin Orne وفْرِد إيفانز Fred Evans، وعندها بدأت أنظر للتنويم بوصفه طريقة معملية لدراسة حياتنا العقلية اللاشعورية.

ظللت فى السنوات الباكرة أركز بشدة على التنويم الصناعى، وخاصة فقدان التذكر بعد التنويم (والذى لايزال لدى اهتمام عظيم به). وكان لنظرية جاك هيلجارد Jack Hilgard عن الشعور المنقسم، أو التفكك أكبر الأثر، حيث يقترح أن أبنيتنا المعرفية أو أفكارنا يمكن أن ينفصل بعضها عن بعضها الآخر، أو تتفكك ولاتصبح

فى متناول الشعور. كما كانت هناك تطورات إمبيريقية ونظرية أخرى مهمة بالنسبة لى. فبداية، صاغ شنايدر وشيفرين Schneider and Shiffrin (من بين آخرين) فكرتهم عن المعالجة الآلية (مقابل المعالجة المضبوطة). ثم نشر أنتونى مارسل Anthony Marcel أول إيضاح مقنع لمعالجة المعلومات المركبة فى غياب الشعور الواعى. بعد ذلك نشر دان شاكتر Dan Schacter مراجعته - التى تعد كلاسيكية الآن - عن التمييز بين نوعَى التذكر: الصريح- الضمنى، مقترحًا أن ذكريات الأداء القديم يمكنها أن تؤثر على الأداء اللاحق *فى غياب الاستدعاء الشعورى* (أى الذاكرة الضمنية فى مقابل الذاكرة الصريحة). وبحلول أواخر الثمانينيات الماضية، كان علم النفس قد بدأ فى معايشة إعادة إحياء هائلة للاهتمام النفسى العلمى باللاشعور - فى ظل فكرة أن التمثيلات والعمليات العقلية، يمكنها أن تؤثر على الخبرة والتفكير والفعل بعيدًا عن الشعور الواعى، وباستقلال عن التحكم الواعى. هكذا بدأ الباحثون فى التنويم الصناعى فى الاتصال بجماعة أوسع من الزملاء، كما كان لهؤلاء الزملاء مبررات أقوى لأخذ التنويم الصناعى مأخذ الجد.

وعند هذه النقطة، وفى منتصف التسعينيات، أعتقد أنه كانت لدينا أدلة قوية عن التفككات فى مجالات كالإدراك والتعلم والتذكر والتفكير - وهو ما يمكن أن نسميه اللاشعور المعرفى. تأتى بعض هذه الأدلة من بحوث التنويم، ولكن معظمها يأتى من أطر نظرية أخرى يشترك فيها أشخاص أسوياء ومرضى من ذوى الإصابات المخية. ويمكننا أن نذهب إلى ما بعد مجرد إثبات وجود اللاشعور، إلى النظر فى الفروق بين

الحياة العقلية الشعورية واللاشعورية. فما الفرق بين الشعورى واللاشعورى من المدركات والذكريات والأفكار؟ ما الحدود التى تقيِّد المعالجة اللاشعورية؟ كيف يمكن تحويل فكرة شعورية إلى لاشعورية؟ وكيف يمكن أن نأتى بفكرة لاشعورية إلى حيز الشعور؟ وبينما لدينا الآن أدلة قوية عن العمليات المعرفية اللاشعورية؛ فهل هناك معنى للتفكير - بالمثل- فى عمليات انفعالية ودافعية لاشعورية؟

هذه هى نوعية الأسئلة التى سألها فرويد Freud، إلا أن منظورنا الحديث للحياة العقلية اللاشعورية يختلف تمامًا عن منظور فرويد. فاللاشعور الفرويدى كان لاعقلانيًا، وهلوسيًا، ومليئًا بالوجدانات والاندفاعات البدائية. وفى المقابل فإن اللاشعور النفسى لعلم النفس الحديث معرفى وعقلانى وتقريرى. والأهم فى كل هذا هو أننا اتفقنا على قواعد نستطيع بمقتضاها أن نستدل على وجود المدركات والذكريات اللاشعورية من نتائج التجارب الملتزمة منهجيًا، هذا بينما كان فرويد محدودًا بتأملاته عن الحالات التى درسها، والتى لم يمكن اختبارها أبدًا. ولكن النقطة المهمة فى العمل المشار إليه ليست اختبار نظرية فرويد، وهو الأمر الذى لم أهتم به أبدا. بل هى بالأحرى فى عمل التكامل بين فكرة الحياة العقلية اللاشعورية – وهى فكرة استثارت كلاً من علماء النفس التجريبين والإكلينيكيين– مع النظرية العلمية النفسية العامة.

ومن الناحية الأخرى، يميل ذوو التوجه المعرفى إلى تأكيد أن استدعاء الأحداث من اللاشعور يتبع قوانين الذاكرة العادية، وأن ما يتم استدعاؤه قد خضع لعملية تحويل منذ أن تم تخزينه وقت وقوع الحدث الأصلى. ربما يرجع هذا الأمر -ولو جزئيًا- إلى ميل التحليليين، أكثر من المعرفيين، لتصديق تقارير المرضى عن الأحداث المبكرة؛ فالمعرفيون يتساءلون عن العلاقة بين الاستدعاء الحالى وحقيقة ما حدث عند نقطة باكرة من الزمان (Loftus, 1993).

موجز القول إنه لدينا أربعة اختلافات كبيرة بين منظور التحليل النفسى للاشعور الدينامى، ومنظور معالجة المعلومات للاشعور المعرفى (انظر الجدول ٧-٥). والدليل الواقعى الذى يراه المحلل النفسى حاسمًا يترك عالم النفس التجريبى فى حيرة بشكل ما، يتركه غير مقتنع. فبالنسبة للمجرب "يصعب اختبار فروض فرويد تجريبيا، كما تظل النتائج الإيجابية الداعمة له نادرة" (Kihlstrom, 1990, p.447). وهكذا لم يعد مستغربا أن نجد أن تأثير كل من المنظورين ضعيف جدا

على الآخر. وكما أشرنا من قبل؛ فبينما يرى البعض إسهامات فرويد مجددة وثورية، يراها آخرون غير متلائمة مع أنواع التقدم الحديثة فى المجال.

الجدول (٧-٥)

مقارنة بين منظورين للاشعور: اللاشعور الدينامى واللاشعور المعرفى

المنظور الدينامى (التحليل النفسى)	المنظور المعرفى (معالجة المعلومات)
١- يؤكد أهمية مضمون ملىء بالدوافع والرغبات	١- يؤكد أهمية مضمون الأفكار
٢- يؤكد الوظائف الدفاعية	٢- يؤكد الوظائف غير الدفاعية
٣- يؤكد العمليات الشعورية اللامنطقية واللاعقلانية	٣- غياب إلى الفروق الأساسية بين العمليات الشعورية وغير الشعورية
٤- ضرورة توافر شروط خاصة لما هو لاشعورى لكى يصبح شعوريا.	٤- تنطبق القوانين العامة للإدراك والذاكرة.

ويمكن للمرء أن يتساءل، بعد النظر إلى حجم الاختلافات بين المنظورين: هل اللاشعور الدينامى واللاشعور المعرفى يشيران إلى الشىء نفسه؟ والإجابة: إنه على الرغم من وجود بعض التداخل؛ فإن كلاً من الفئتين تتضمن ظواهر مختلفة جدا عما تتضمنه الأخرى. إن كثيرا من الظواهر التى يؤكدها التحليليون بوصفها جزءا من اللاشعور الدينامى يرفضها أغلب المعرفيين بالكامل (على سبيل المثال: تفسير المعانى اللاشعورية للأحلام وزلات اللسان والحوادث والأخطاء). على الجانب الآخر، فإن أغلب الظواهر المؤكدة من قبل علماء النفس المعرفيين بوصفها ممثلة العمليات اللاشعورية يراها التحليليون ضئيلة الأهمية. حيث تمثل جزءا مما يحدده التحليل النفسى قبل شعوري(١) -أى ذلك الذى لا يوجد حاليا فى الشعور ولكن يمكن [illegible] إذا وجهنا إليه انتباهنا.

وربما يكمن جزء من المشكلة بالنسبة لهذه النقطة فى أننا فى حاجة ضرورية لأكثر من مجرد فئتين أو ثلاث (أى: الشعور، قبل الشعور، اللاشعور) لكى نحسن التصرف مع المجموعة المتباينة من الظواهر التى تناولناها فى هذا الفصل. ربما أيضا -كما أشرنا من قبل، يمكن للأفكار والخبرات أن تحدث على مستويات متباينة من الوعى (Bowers, 1992). وبالإضافة إلى هذا؛ يمكن لبعض الأفكار والخبرات أن تتصف ببعض صفات فئة من الفئات إلى جانب بعض صفات فئة أخرى. على سبيل المثال فإن بعض الأفكار الآلية تتم خارج الوعى، ويتم بعضها الآخر بشكل واع، بعضها يمكن التحكم به وبعضها الآخر لا يخضع لمثل هذا التحكم (Bargh, 1989). والخلاصة أنه يمكننا قبول أهمية الظواهر اللاشعورية دون أن نلتزم بتركيز نظرى خاص أو بتعريف متصلب للفئات. فكما يلاحظ كيلستروم وآخرون "بعد مئة عام من الإهمال والشك والإحباط أصبح للعمليات اللاشعورية الآن موقف قوى فى العقل الجمعى لعلماء النفس" (Kihlstrom et al., 1992, p.788). عندما نأخذ فى الحسبان تعقد الظواهر التى يتم تناولها، وتاريخ الإهمال المنصرم؛ فإننا ندرك حاجتنا إلى الصبر والتفتح على مدى واسع من الاحتمالات كلما تقدم البحث العلمى.

تضمينات استخدام مقاييس التقرير الذاتى(١)

يمكن بوضوح رؤية كيف أن قبول أهمية العمليات اللاشعورية يطرح أسئلة جادة تتعلق بقياس الشخصية، وخصوصا فيما يخص استخدام التقارير الذاتية. إذا لم يكن الأشخاص واعين بعدد كبير من أوجه أدائهم وأسباب سلوكهم؛ كيف يمكننا أن نعتمد على تقاريرهم عن أنفسهم؟

ومما يثير الاهتمام أن تكون الأسئلة المتصلة باستخدام بيانات التقرير الذاتى فى البحوث النفسية مطروحة من أنصار كل من الاتجاهين: منظور [illegible]

---

(١) Self-Report Measures

الدينامى ومنظور اللاشعور المعرفى. ومع ذلك فإنه من غير المفاجىء أن نجد الأسباب وراء الأسئلة التى يطرحها كل منهما مختلفة. فبالنسبة لمؤيدى اللاشعور الدينامى، يُتوقع أن تقوم العمليات الدافعية والدفاعية بإدخال تحيزات على بيانات التقرير الذاتى، وهو ما يحدُّ من صدقها. لقد اقتبسنا فى فصل سابق تعليق هنرى موراى Henry Murray الذى يعبر فيه عن جوهر هذا المنظور: "إن إدراك الأطفال غير دقيق، وهم لا يشعرون بحالاتهم الداخلية إلا بدرجة ضئيلة جداً، ويحتفظون بذكريات خاطئة عن الأحداث. وأغلب الراشدين لا يعتمدون على تذكر الأطفال إلا بالكاد" (1938, p.15).

اعتقد موراى أنه لا يمكننا الاعتماد كثيرا على التقارير الذاتية أو الثقة فى دقتها وذلك للأسباب المعرفية والدافعية – أى بسبب محدودية القدرات الخاصة بدقة الإدراك والاستدعاء، وكذلك بسبب الكبت اللاشعورى. ولتصحيح مثل هذه المشكلات، اقترح موراى استخدام الاختبارات الإسقاطية، بالإضافة إلى الأنواع الأخرى من البيانات. وكما أشرنا من قبل، اتبع ماكليلاند McClelland وآخرون هذا التقليد، وقد رأوا أن بيانات التقارير الذاتية وبيانات الاختبارات الإسقاطية تمثل نوعين مختلفين من البيانات. لا يتطلب الأمر الحكم على أحد نوعى البيانات بأنه أفضل من الآخر، بل إنهما مختلفين فحسب، إذ لكل منهما قيمته وارتباطه بغيره من المتغيرات بطرق متباينة. وهكذا فإن قياس الحاجة إلى الإنجاز عن طريق أحلام اليقظة يرتبط بسلوك الفرد بطرق مختلفة عن تلك التى يرتبط بها سلوك الفرد بنتائج قياس الحاجة للإنجاز عن طريق التقارير الذاتية (Koestner & McClelland, 1990). وبينما يعد القياس عن طريق أحلام اليقظة مؤشرا على الدوافع، يُعد القياس عن طريق التقرير الذاتى مؤشرا على القيم. إن الدوافع والقيم وجهان متباينان من أوجه الشخصية. ولهذا فليس من المستغرب أن يرتبط كل من نوعى القياس بأشكال من السلوك تختلف عن تلك التى يرتبط بها الآخر.

ومما يلفت الانتباه أسئلة علماء النفس الأكثر ميلاً للجانب المعرفي عن بيانات التقارير الذاتية، هذا على الرغم من غياب إجماع الرأى فى هذا الصدد. فى عام ١٩٧٧ وجه الانتباه هذا الأمر مقالٌ ذو عنوان فرعى هو *"نقول أكثر مما نستطيع أن نعرف"* (Nisbett & Wilson, 1977). بدأ المؤلفان بملاحظة أننا فى حياتنا اليومية نجيب عن عدد كبير من الأسئلة المتعلقة بأساس اختياراتنا وأحكامنا وسلوكنا. على سبيل المثال نحن نجيب عن أسئلة من قبيل: لماذ نحب هذا الشخص؟ ولماذا فعلت ذلك؟ يطرح علماء النفس المهتمون بالشخصية، بطريقة مشابهة، عددًا كبيرًا من الأسئلة عن استخبارات التقرير الذاتى. إن الافتراض هو أنه لدى البشر بعض الاستبصار بالأسباب التى دفعتهم إلى السلوك بالطريقة التى سلكوا بها، وأن لديهم معلومات خاصة بها ليست متاحة للمشاهد الخارجى. والسؤال الآن: هل هناك سبب للاعتقاد بأن هذا هو الوضع فعلاً؟

ويرى كاتبا المقال، نيسبت وويلسون، أنه على العكس، لا يعى الأشخاص – معظم الوقت– سلوكهم وأسباب هذا السلوك. ونتيجة لهذا فإن هناك انخفاضا فى العلاقة بين التقارير اللفظية والسلوك الفعلى. وعلى سبيل المثال يشير الكاتبان لإلى بحث يبرز كيف أن ميل الأشخاص لمساعدة الآخرين فى المحن أو الأزمات، يقل بزيادة عدد الأشخاص المتفرجين – إنه الأثر المشهور باسم "أثر المتفرجين أو النظارة"(١) (Latane & Darley, 1970). ومع ذلك فإن الأشخاص لا يقررون تلقائيا أن حضور الآخرين يؤثر فى سلوك المساعدة لديهم، ويرفضون هذا التأثير عندما يتم ذكره على سبيل الإمكان. وفى مثال آخر يشير المؤلفان إلى دراستين أخريين، حيث طُلب فيهما من المستهلكين أن يحكموا على المزايا النسبية لأربعة أنواع مختلفة من الملابس، وأربعة أنواع أخرى من الجوارب النايلون. لقد حدد المستهلكون اختياراتهم والأساس الذى اختاروها عليه. ومع ذلك أظهرت البيانات،

(١) Bystander Effect

وبوضوح، أن تقديرات الجودة النسبية للمنتجات تأثرت بمكان رص المنتج على الرفوف، حيث حُكم على المنتجات المرصوصة على اليمين بكونها ذات جودة أعلى من تلك المرصوصة على اليسار. على سبيل المثال تم تفضيل أكثر الجوارب يمينًا أربعة أضعاف أكثر الجوارب يسارًا، إلا أن المشاركين لم يذكروا أبدًا موضع المنتج بوصفه سببًا لاختيارهم إياه. بل إنهم، بالإضافة إلى ذلك، عندما سئلوا عن إمكان تأثير موضع المنتج رفضوا تمامًا أي اقتراح بأن ذلك من الممكن أن يكون قد أثر في الاختيار.

واستنتج المؤلفان (Nisbett & Wilson, 1977) -في مراجعتهم لتنوع كبير من هذا النوع من الدراسات- أن سؤال المشاركين عن العوامل المؤثرة في سلوكهم، كان ذا قيمة ضئيلة في فهمنا للأسس الحقيقية لسلوكهم. ولم يكن السبب أن الأشخاص لا يرغبون في إعطاء إجابات عن الأسئلة الموجهة إليهم، بل لأنهم عاجزون عن إعطاء إجابات دقيقة، إنهم يقولون أكثر مما يمكنهم أن يعرفوا! من أين، إذن، تأتي إجاباتهم؟ إن الاقتراح المقدم للإجابة هو أننا نحمل في داخلنا نظريات سببية ضمنية عن سلوكنا وعن سلوك الآخرين. تماما كما أنه لدينا نظريات ضمنية عن الشخصية؛ فإنه لدينا أيضًا نظريات سببية ضمنية عن لماذا نسلك نحن والآخرين بالطريقة التي نسلكها. وعندما نُسأل أن نقدم تفسيرات سببية، لا نعتمد على المشاهدات الدقيقة فحسب، بل نوظف أيضًا هذه النظريات السببية الضمنية. وعندما نفعل ذلك، فإننا حتى لا نفكر أو ربما نرفض التفسيرات التي لا تناسب النظرية التي نتبناها.

بالمثل أيضا عندما نملأ بيانات استخبار أو مقياس تقدير؛ فإننا نستجيب في إطار نظرية ضمنية عن أنواع سمات الشخصية، أو الخصال التي تتماشى مع أكثر من اعتمادنا على مشاهدات فعلية للسلوك (Shweder & D'Andrade, 1980). وبما أن هذه التفسيرات لا تستبعد العوامل الدافعية أو الدفاعية التي تقف خلف [illegible] النظريات الذاتية؛ فإنه من المهم أن نتعرف [illegible]

اللاشعورية اللادافعية المعرفيـــة. إن الافتــراض المقــدم هــو أن الأشــخاص لا يستطيعون مشاهدة عملياتهم المعرفية أثناء عملها، ويخطئون كثيــرًا فـــي الحكــم والاستدلال (Nisbett & Ross. 1980). إننا نقول أكثر مما نعرف، ونعرف أقل مما نتصور، بسبب الحدود التي تحد آليات معالجاتنا المعرفية.

إلا أن بعض علماء النفس ذوى التوجه المعرفى، يصلون إلى استنتاج مختلف بشكل ما، وهو استنتاج يترك مساحة أكبر للفائدة الممكنة من بيانات التقارير الذاتية. يقترح هؤلاء أن بيانات التقارير الذاتية يمكن أن تكون أكثر فائدة بكثير إذا أمكننــا التأكد من أن المشاركين انتبهوا جيدًا لما يُسألون عنه. بعبارة أخرى، بدلاً مـــن أن تكون الأسئلة عامة وتأملية، لا بد أن تكون محددة بما يمكنهم من تركيز انتبــاههم. بالإضافة إلى أننا نتعرض في حياتنا اليومية لأحــداث متكــررة (ذلــك أن هنــاك فائضا(*) في المعلومات المتاحة لنا)، ولذلك فإن لدينا الفرصة لمشاهدة ما قد يفوتنــا في المرة الأولى. كما أن تفسيراتنا السببية تعكس هذه المشاهدات المتكررة وبنــاء عليه ترجح دقتها عادة، حتى ولو أخطأت في ظــرف خــاص وغيــر اعتيــادي (Ericcson & Simon. 1980. 1993).

لذلك فإن عالم نفس اجتماعى معرفى مثل باندورا (Bandura. 1986) يرى أنه يمكن أن تكون لبيانات التقرير الذاتي قيمة هائلــة لعلمــاء الــنفس المهتمــين بالشخصية، لأن الأسئلة التي نسألها للأشخاص لا بد أن تكون مركزة على هــدف محددة، وأن تأتي إما مواكبة، أو تالية مباشرة للأفعال التي يأتيها الشخص. وهكذا يمكن أن نسأل المشاركين أن يصدروا أحكامًا عن كفاءتهم الذاتية، أو أحكامًا تتعلق بقدرتهم على أداء مهام خاصة في مواقف محددة. في نفس الوقت، وبينما يتضمن تصورًا لفائدة بعض أنواع بيانات التقرير الذاتية؛ فإنه ينقد استخدام الأسئلة العامة [illegible] من قبيل الأسئلة التي [illegible]

وبوضوح، أن تقديرات الجودة النسبية للمنتجات تأثرت بمكان رص المنتج على الرفوف، حيث حكم على المنتجات المرصوصة على اليمين بكونها ذات جودة أعلى من تلك المرصوصة على اليسار. على سبيل المثال تم تفضيل أكثر الجوارب يمينا أربعة أضعاف أكثر الجوارب يسارًا، إلا أن المشاركين لم يذكروا أبدا موضع المنتج بوصفه سببًا لاختيارهم إياه. بل إنهم، بالإضافة إلى ذلك، عندما سئلوا عن إمكان تأثير موضع المنتج رفضوا تمامًا أى اقتراح بأن ذلك من الممكن أن يكون قد أثر فى الاختيار.

واستنتج المؤلفان (Nisbett & Wilson, 1977) –فى مراجعتهم لتنوع كبير من هذا النوع من الدراسات– أن سؤال المشاركين عن العوامل المؤثرة فى سلوكهم، كان ذا قيمة ضئيلة فى فهمنا للأسس الحقيقية لسلوكهم. ولم يكن السبب أن الأشخاص لا يرغبون فى إعطاء إجابات عن الأسئلة الموجهة إليهم، بل لأنهم عاجزون عن إعطاء إجابات دقيقة، إنهم يقولون أكثر مما يمكنهم أن يعرفوا! من أين، إذن، تأتى إجاباتهم؟ إن الاقتراح المقدم للإجابة هو أننا نحمل فى داخلنا نظريات سببية ضمنية عن سلوكنا وعن سلوك الآخريين. تمامًا كما أنه لدينا نظريات ضمنية عن الشخصية؛ فإنه لدينا أيضًا نظريات سببية ضمنية عن لماذا نسلك نحن والآخرين بالطريقة التى نسلكها. وعندما نُسأل أن نقدم تفسيرات سببية، لا نعتمد على المشاهدات الدقيقة فحسب، بل نوظف أيضًا هذه النظريات السببية الضمنية. وعندما نفعل ذلك، فإننا حتى لا نفكر أو ربما نرفض التفسيرات التى لا تناسب النظرية التى نتبناها.

بالمثل أيضًا عندما نملأ بيانات استخبار أو مقياس تقدير؛ فإننا نستجيب فى إطار نظرية ضمنية عن أنواع سمات الشخصية، أو الخصال التى تتماشى معا أكثر من اعتمادنا على مشاهدات فعلية للسلوك (Shweder & D'Andrade, 1980). ورغم أن هذه التفسيرات لا تستبعد العوامل الدافعية أو الدفاعية التى تقلل دقة بيانات تقاريرنا الذاتية؛ فإنه من المهم أن نتعرف أن التشديد يتم على التفسيرات

وبوضوح، أن تقديرات الجودة النسبية للمنتجات تأثرت بمكان رص المنتج على الرفوف، حيث حُكم على المنتجات المرصوصة على اليمين بكونها ذات جودة أعلى من تلك المرصوصة على اليسار. على سبيل المثال تم تفضيل أكثر الجوارب يمينا أربعة أضعاف أكثر الجوارب يسارًا، إلا أن المشاركين لم يذكروا أبدًا موضع المنتج بوصفه سببًا لاختيارهم إياه. بل إنهم، بالإضافة إلى ذلك، عندما سئلوا عن إمكان تأثير موضع المنتج رفضوا تمامًا أى اقتراح بأن ذلك من الممكن أن يكون قد أثر فى الاختيار.

واستنتج المؤلفان (Nisbett & Wilson, 1977) -فى مراجعتهم لتنوع كبير من هذا النوع من الدراسات- أن سؤال المشاركين عن العوامل المؤثرة فى سلوكهم، كان ذا قيمة ضئيلة فى فهمنا للأسس الحقيقية لسلوكهم. ولم يكن السبب أن الأشخاص لا يرغبون فى إعطاء إجابات عن الأسئلة الموجهة إليهم، بل لأنهم عاجزون عن إعطاء إجابات دقيقة، إنهم يقولون أكثر مما يمكنهم أن يعرفوا! من أين، إذن، تأتى إجاباتهم؟ إن الاقتراح المقدم للإجابة هو أننا نحمل فى داخلنا نظريات سببية ضمنية عن سلوكنا وعن سلوك الآخريين. تمامًا كما أنه لدينا نظريات ضمنية عن الشخصية؛ فإنه لدينا أيضًا نظريات سببية ضمنية عن لماذا نسلك نحن والآخرين بالطريقة التى نسلكها. وعندما نُسأل أن نقدم تفسيرات سببية، لا نعتمد على المشاهدات الدقيقة فحسب، بل نوظف أيضًا هذه النظريات السببية الضمنية. وعندما نفعل ذلك، فإننا حتى لا نفكر أو ربما نرفض التفسيرات التى لا تناسب النظرية التى نتبناها.

بالمثل أيضًا عندما نملأ بيانات استخبار أو مقياس تقدير؛ فإننا نستجيب فى إطار نظرية ضمنية عن أنواع سمات الشخصية، أو الخصال التى تتماشى معا أكثر من اعتمادنا على مشاهدات فعلية للسلوك (Shweder & D'Andrade, 1980). ورغم أن هذه التفسيرات لا تستبعد العوامل الدافعية أو الدفاعية التى تقلل دقة بيانات تقاريرنا الذاتية؛ فإنه من المهم أن نتعرف أن التشديد يتد على التفسيرات

اللاشعورية اللادافعية المعرفيـــة. إن الافتــراض المقــدم هــو أن الأشـــخاص لا يستطيعون مشاهدة عملياتهم المعرفية أثناء عملها، ويخطئون كثيــرًا فــى الحكــم والاستدلال (Nisbett & Ross, 1980). إننا نقول أكثر مما نعرف، ونعرف أقل مما نتصور، بسبب الحدود التى تحد آليات معالجاتنا المعرفية.

إلا أن بعض علماء النفس ذوى التوجه المعرفى، يصلون إلى استنتاج مختلف بشكل ما، وهو استنتاج يترك مساحة أكبر للفائدة الممكنة من بيانات التقارير الذاتية. يقترح هؤلاء أن بيانات التقارير الذاتية يمكن أن تكون أكثر فائدة بكثير إذا أمكننـــا التأكد من أن المشاركين انتبهوا جيدًا لما يُسألون عنه. بعبارة أخرى، بدلاً مـــن أن تكون الأسئلة عامة وتأملية، لا بد أن تكون محددة بما يمكنهم من تركيز انتبـــاههم. بالإضافة إلى أننا نتعرض فى حياتنا اليومية لأحـــداث متكـــررة (ذلـــك أن هنـــاك فائضا[1] فى المعلومات المتاحة لنا)، ولذلك فإن لدينا الفرصة لمشاهدة ما قد يفوتنـــا فى المرة الأولى. كما أن تفسيراتنا السببية تعكس هذه المشاهدات المتكررة وبنـــاء عليه ترجح دقتها عادة، حتى ولو أخطأت فى ظـــرف خـــاص وغيـــر اعتيـــادى (Ericcson & Simon, 1980, 1993).

لذلك فإن عالم نفس اجتماعى معرفى مثل باندورا (Bandura, 1986) يرى أنه يمكن أن تكون لبيانات التقرير الذاتى قيمة هائلـــة لعلمـــاء الـــنفس المهتمـــين بالشخصية، لأن الأسئلة التى نسألها للأشخاص لا بد أن تكون مركزة على هـــدفها ومحددة، وأن تأتى إما مواكبة، أو تالية مباشرة للأفعال التى يأتيها الشخص. وهكذا يمكن أن نسأل المشاركين أن يصدروا أحكاما عن كفائتهم الذاتية، أو أحكاما تتعلق بقدرتهم على أداء مهام خاصة فى مواقف محددة. فى نفس الوقت، وبينما يتمـــسك باندورا بفائدة بعض أنواع بيانات التقارير الذاتية؛ فإنه ينتقد استخدام الأسئلة العامة والمبهمة والتى تمس الموضوع بالكاد، من قبيـــل الأســـئلة التـــى تـــسألها معظـــم

---

(1) Redundancy

لاشعورية اللادافعية المعرفيـة. إن الافتـراض المقـدم هـو أن الأشـخاص لا يستطيعون مشاهدة عملياتهم المعرفية أثناء عملها، ويخطئون كثيـرًا فـي الحكـم والاستدلال (Nisbett & Ross, 1980). إننا نقول أكثر مما نعرف، ونعرف أقل مما نتصور، بسبب الحدود التي تحد آليات معالجاتنا المعرفية.

إلا أن بعض علماء النفس ذوي التوجه المعرفي، يصلون إلى استنتاج مختلف بشكل ما، وهو استنتاج يترك مساحة أكبر للفائدة الممكنة من بيانات التقارير الذاتية. يقترح هؤلاء أن بيانات التقارير الذاتية يمكن أن تكون أكثر فائدة بكثير إذا أمكننـا التأكد من أن المشاركين انتبهوا جيدًا لما يُسألون عنه. بعبارة أخرى، بدلاً مـن أن تكون الأسئلة عامة وتأملية، لا بد أن تكون محددة بما يمكنهم من تركيز انتبـاههم. بالإضافة إلى أننا نتعرض في حياتنا اليومية لأحـداث متكـررة (ذلـك أن هنـاك فائضا[1] في المعلومات المتاحة لنا)، ولذلك فإن لدينا الفرصة لمشاهدة ما قد يفوتنـا في المرة الأولى. كما أن تفسيراتنا السببية تعكس هذه المشاهدات المتكررة وبنـاء عليه ترجح دقتها عادة، حتى ولو أخطأت في ظـرف خـاص وغيـر اعتيـادي (Ericcson & Simon. 1980, 1993).

لذلك فإن عالم نفس اجتماعي معرفي مثل باندورا (Bandura, 1986) يرى أنه يمكن أن تكون لبيانات التقرير الذاتي قيمة هائلـة لعلمـاء الـنفس المهتمـين بالشخصية، لأن الأسئلة التي نسألها للأشخاص لا بد أن تكون مركزة على هـدفها ومحددة، وأن تأتي إما مواكبة، أو تالية مباشرة للأفعال التي يأتيها الشخص. وهكذا يمكن أن نسأل المشاركين أن يصدروا أحكاما عن كفائتهم الذاتية، أو أحكاما تتعلق بقدرتهم على أداء مهام خاصة في مواقف محددة. في نفس الوقت، وبينما يتمسـك باندورا بفائدة بعض أنواع بيانات التقارير الذاتية؛ فإنه ينتقد استخدام الأسئلة العامة المبهمة والتي تمس الموضوع بالكاد، من قبيـل الأسـئلة التـي تـسألها معظـم

---

(1) Redundancy

استخبارات الشخصية. وهو ينتقد أيضا استخدام الاختبارات الإسقاطية المصممة على أساس فكرة اللاشعور الدينامي. ويرى أن النظرة للسلوك الإنساني كما تتحدد بناء على قوى اللاشعور الدينامي بوصفها شكلاً من أشكال "الإيمان بالعفاريت[1]"، أو من أشكال "التفكير الروحاني" مما يرجع أصله إلى العصور المظلمة (Bandura & Walters, 1963). فكيف يمكننا –من منظور تكيفي– أن نكون متأثرين بمثل هذه القوى اللاشعورية، ونظل قادرين على أداء وظائفنا في العالم؟

والخلاصة، يسأل مؤيدو اللاشعور الدينامي، وبعض مؤيدي اللاشعور المعرفي، عن فائدة بيانات التقارير الذاتية. بينما يرى آخرون من مؤيدي المنظور المعرفي أنه يمكن على الأقل الاستفادة من بعض أشكال بيانات التقارير الذاتية في البحوث العلمية. ويبدو الرأي الأخير معقولاً، إلا أن السؤال عندئذ يصبح *أي* أنواع بيانات التقرير الذاتي، وكيف يمكن لهذه البيانات أن تكون ذات دلالة؟ ويمكننا أن نصوغ السؤال بطريقة أخرى: هل هناك بعض جوانب الأداء في الشخصية تكون محكومة بالعمليات اللاشعورية أو غير الشعورية لدرجة تجعل دراستها عن طريق بيانات التقرير الذاتي غير ذات جدوى؟ إذا كان الأمر كذلك؛ فما هو مستوى أهمية هذه الجوانب في الشخصية، وبأي طريقة أخرى يمكننا دراستها؟

إن الموقف هنا هو أنه تتوفر بيانات كافية تتعلق بأهمية العمليات اللاشعورية لأداءات الشخصية، بحيث يصبح علينا أن نكون حذرين ومحدودين في اعتمادنا على بيانات التقارير الذاتية. إن هناك جوانب دالة من أدائنا ليست متاحة لوعينا وتقريرنا الذاتي، سواء تم تفسير هذا من منظور اللاشعور الدينامي أو اللاشعور المعرفي (T. D. Wilson, 1994). وكما تمت الإشارة في مقدمة هذا الفصل؛ فإن هذا الوضع يطرح أمام الباحثين في الشخصية بعض المشكلات المنهجية الجادة للغاية. يبدو أننا سنحتاج في المستقبل إلى **الاعتماد على مصادر متعددة للبيانات**

---

(1) Demonology

لإجراء أى فحص: التقارير الذاتية، وقياس أحلام اليقظة، والبيانات الفسيولوجية والسلوك الصريح، وعندئذ سيكون علينا إعادة صياغة العلاقات بين هذه الأنـــواع المتباينة من البيانات، وأن نفهم لماذا تظهر بيانات المصادر المتنوعة اتفاقًا فى ظل ظروف معينة أعلى من الاتفاق الذى تظهره فى ظروف أخرى. إن هـــذه لمهمـــة هائلة الصعوبة ولكنها لا تختلف من حيث المبدأ مع حالة التشخيص الطبى، حيـــث يمكن لكثير من الاختبارات التشخيصية أن تكون ذات فائدة، وإن كانت توحى أحيانًا توحى باستنتاجات غير متسقة. ويمكن أن يكون بعض هذه الاختبارات ذا فائدة أكبر فى بعض المواقف، بينما تكون اختبارات أخرى أكثر إفادة فى مواقف مغايرة.

الخلاصة

تناولنا فى هذا الفصل تنوعًا واسعًا من الظواهر اللاشعورية وآثارهـــا علـــى الإدراك والذاكرة والاتجاهات والسلوك بين الأشخاص. كما رأينا كيف أنه بعد مـــا يقرب من قرن من تأكيد أنصار التحليل النفسى، ومن الإهمال النسبى لمثـــل هـــذه الظواهر من قبل علماء النفس الأكاديميين، أصبح عمل وتأثير العمليات اللاشعورية منطقة شديدة الإثارة للاهتمام البحثى. فقد تمت معرفة أهمية العمليات اللاشعورية، وبلوغها مكانتها التى تستحقها بوصفها موضوعًا أساسا لعلم نفس الشخصية.

فى نفس الوقت الذى اشترك فيه الفاحصون الإكلينيكيـــون وعلمـــاء الـــنفس التجريبيون فى هذا الاهتمام؛ فإن المجموعتين تميلان للاختلاف حول الظواهر محل الاهتمام وعلى تفسيراتهم لهذه الظواهر. فيتميز اللاشعور الدينامى – الـــذى يتبنـــاه التحليل النفسى– بالدوافع والرغبات والدفاعات واللاعقلانية، وبكونه غيـــر متـــاح للشعور. بينما يتميز اللاشعور المعرفى –الذى يتبناه علم النفس المعرفى ومنظـــور معالجة المعلومات– بمشكلات فى الانتباه وفى مساحة تخزين المعلومات بالإضافة إلى كونه غير شعورىٍ آليًا. ورغم وجود تداخل بين هذين المنظورين، وبين ممثلى كل من وجهتى النظر؛ فإن اللاشعور الدينامى واللاشعور المعرفى يظلان مفهومين

متمايزين، إذ تبدو هذه الظواهر نفسها متنوعة لدى ممثلى كل منظور، حيث يمكن أن يقبلوا بعضها بوصفها شارحة وموضحة للمفهوم ولا يقبلون أخرى. بالإضافة إلى أن ظواهر اللاشعور تبدو متنوعة لدرجة قد تجعلنا فى حاجة للتفكير فى صيغة تفترض أكثر من مستويين أو حتى ثلاثة مستويات من الشعور، مع تمييز بعض الظواهر بخصائص أكثر من مستوى واحد (Bargh, 1989; Bowers, 1992).

ويمكننا – بالنسبة لتنوع العمليات اللاشعورية وثرائها وأهميتها– أن نفهم لماذا يؤدى حسن تقديرها إلى أسئلة نظرية ومنهجية عميقة. كيف ندمج هذا التقدير الجيد للعمليات اللاشعورية فى فهمنا لأداء الشخصية ليصبح سؤالاً نظريًا عظيمًا. كيف نقيم أهميتها لمختلف قياسات الشخصية ليصبح سؤالاً منهجيًا عظيمًا بدوره. وكما أشرنا؛ فلهذا دلالة خاصة بمدى اعتمادنا وثقتنا فى بيانات التقارير الذاتية لنقوم بتقدير وقياس جوانب مهمة فى الشخصية. فعندما نهتم فحسب بالكيفية التى يدرك بها الأفراد الأحداث، أو يدركون بها أنفسهم أو الآخرين على المستوى الشعورى؛ فإنه لا توجد مشكلة فى استخدام بيانات التقارير الذاتية. أما عندما نكون مهتمين بالتفسيرات السببية، فى مقابل الأسباب التى يقدمها الأفراد لسلوكهم، وعندما نكون مهتمين بالمشاعر اللاشعورية تجاه الذات أو تجاه الآخرين؛ فإن استخدام بيانات التقارير الذاتية يصبح أكثر إشكالاً. فمن ناحية، يبدو أن الأفراد عندما ينتبهون لأحداث معينة، وعندما لا يكونون متورطين انفعاليًا أو دافعيًا بدرجة زائدة، وعندما لا يطلب منهم ألا يعتمدوا بكثرة على ذاكرتهم طويلة المدى؛ فإنه يمكنهم أن يكونوا مشاهدين ومقررين جيدين لدرجة معقولة. إلا أنه، من ناحية أخرى، عندما لا يكون الأفراد منتبهين بحرص، وعندما يكونون شديدى التورط انفعاليا أو تكون مشاعرهم مهددة جداً، أو عندما يطلب منهم أن يستجيبوا لأحداث فى الماضى البعيد؛ فإن مشاهداتهم وتقاريرهم تصبح محل شك أكبر. والسؤال الآن: أين تقع معظم الظواهر ذات الأهمية لعلماء الشخصية، وأين تقع ظواهر معينة بين الجانبين؟ هذان سؤالان لا يتفق علماء النفس حولهما، ومن الواضح أن كثيرا من العمل مازال مطلوبا.

المفاهيم الأساسية

لاشعور Unconscious: تلك الأفكار والخبرات والمشاعر التى لا نعيها.

الإدراك تحت عتبة الشعور Subliminal Perception: إدراك التنبيهات على الرغم من عدم وصولها لحد عتبة الوعى بها أو بعملية الإدراك.

مهمة استماع مزدوج Dichotic Listening Task: مهمة يطلب فيها من المشارك فى التجربة أن ينتبه لتنبيهات تقدم إليه فى إحدى أذنيه، بينما تقدم إليه تنبيهات أخرى فى أذنه الأخرى.

ذاكرة ضمنية Implicit Memory: آثار للذاكرة تحدث فى غياب التذكر الشعورى للمنبه.

إدراك ضمنى Implicit Perception: إدراك دون الوعى الشعورى، كما فى الإدراك تحت عتبة الشعور.

ظواهر تفككية Dissociative Phenomena: حالات يحدث فيها أن تخرج بعض الأداءات المهمة للشخص عن دائرة وعيه أو درايته، وحيث لا تتكامل هذه الأداءات مع بقية أداءات الفرد النفسية.

التعلم بالعبرة، والتشريط بالعبرة Vicrious learning, Vicarious Conditioning: العملية التى يتم من خلالها تعلم استجابات انفعالية من خلال مشاهدة الاستجابات الانفعالية للآخرين.

علميات آلية Automatic Processes: عمليات معرفية تتحول إلى روتينية لدرجة أن بعضها قد يحدث لاشعورياً.

كبت Repression: مفهوم التحليل النفسى عن آلية الدفاع التى يتم من خلالها إبعاد أو إقصاء فكرة أو خاطر عن الشعور.

فكرة ضمنية Implicit Thought: حل مشكلة فى غياب التفكير الشعورى.

لاشعور دينامى Dynamic Unconscious: مفهوم اللاشعور المرتبط بنظرية التحليل النفسى وبمفهوم الكبت.

تنشيط نفسى دينامى تحت شعورى Subliminal Psychodynamic Activation: الإجراء البحثى المرتبك بنظرية التحليل النفسى والذى تقدم فيه التنبيهات تحتت حد عتبة الإدراك؛ لكى تنبه أو تستثير الرغبات والمخاوف اللاشعورية.

آليات الدفاع Mechanisms of Defense: مفهوم فرويد عن تلك الوحدات النفسية التى يستعملها الفرد لتخفيض القلق؛ مما ينتج عنه إقصاء بعض الأفكار والرغبات والمشاعر عن الوعى.

معالجة مضبوطة للمعلومات Controlled Information Processing: معالجة للمعلومات تحتاج جهداً وتتم تحت السيطرة المرنة من الفرد، وذلك فى مقابل المعالجة الآلية للمعلومات.

معالجة آلية للمعلومات Automatic Information Processing: معالجة للمعلومات لا تحتاج جهداً وتكون آلية وتحدث خارج الوعى، فى مقابل المعالجة المضبوطة للمعلومات.

تكوينات ممتدة الاستخدام Chronically Accessible Constructs: مخطط جاهز للتنشيط الفورى، وخاصة مخطط الذات.

ملخص الفصل

١- بالرغم من وجود وجهات نظر متباينة فيما يخص أهمية ظواهر اللاشعور بالنسبة لأداء الشخصية لوظائفها؛ فإن هذا الفصل يوحى بأنها ذات أهمية عظيمة لكل من النظرية والبحث العلمى (على سبيل المثال: استخدام مقاييس التقارير الذاتية).

٢- بالرغم من أننا نتحدث أحيانًا عن لاشعور ما؛ فإننا نتحدث فى الواقع عن مضامين وعمليات يمكن أن يكون لها أثر على أداء الشخصية، دون أن يعيها الفرد ولا أن يعى آثارها. ويمكن اتخاذ ظواهر متنوعة بوصفها ممثلة للعلميات اللاشعورية، وهذا يعتمد على وجهة نظر الباحث (على سبيل المثال: الإدراك تحت الشعورى، الذاكرة الضمنية، الظواهر التفككية، الإبصار المكفوف، التشريط دون وعى، العمليات الآلية، الكبت).

٣- ظل مفهوم اللاشعور مفهومًا خلافيًا على مر تاريخه. أما اليوم فهناك اتفاق كبير حول وجود العمليات اللاشعورية كما يتبناها مؤيدو التحليل النفسى فى إطار اللاشعور الدينامى، ويتبناها مؤيدو نظرية معالجة المعلومات فى إطار اللاشعور المعرفى. إلا أنه لا يوجد اتفاق حول كيفية عمل هذه العمليات اللاشعورية. وتتركز الاختلافات بين مؤيدى المنظورين على مضامين العمليات اللاشعورية ووظائفها وخصائصها، ومدى كونها متاحة للشعور.

٤- يرتبط اللاشعور الدينامى كما يؤكده المحللون النفسيون بالخصال المميزة، والدوافع، والصراعات. بالرغم من أن المفهوم يعتمد أساسا على الدليل الإكلينيكى؛ فإن بعض البحوث التجريبية (على سبيل المثال التنشيط السيكودينامى تحت الشعورى) توفر له دعما منهجيًا. وهناك دلائل تجريبية تدعم فكرة وجود بعض الآليات الدفاعية (على سبيل المثال: الإسقاط والإنكار)، بالإضافة إلى استخدام بعض آليات خداع الذات من أجل حماية

تقدير الذات. ومع ذلك، وعند هذه المسألة؛ فإنه لا يوجد حجم قوى ومتماسك من الدلائل التجريبية التى من شأنها أن تظهر إما نسيانا مدفوعًا (أى: دفاعيًا) أو رفعًا للكبت فى ظل شروط محددة.

٥- تدخل كل العمليات المعرفية غير المتاحة للوعى (على سبيل المثال: المعالجة الآلية، تكوينات الإتاحة المتواصلة أو العمليات الآلية لإدراك الفرد للعالم وتفسيره) في إطار اللاشعور المعرفى، بغض النظر عن السبب فى كونها غير متاحة. وفى هذا السياق هناك دلائل قوية على التأثيرات اللاشعورية على الذاكرة والإدراك والمشاعر والاتجاهات والسلوك تجاه الآخرين.

٦- يبرز المدى المتنوع من الظواهر المشمولة فى مفهوم اللاشعور، وفى اختلاف المنظورين: التحليلى النفسى والمعرفى؛ مدى الحاجة لأكثر من فئة وصفية (على سبيل المثال: الشعور، قبل الشعور، غير الشعور، اللاشعور). بالإضافة إلى أنه يمكن للأفكار والخبرات أن تحدث على مستويات متنوعة من الوعى، وأن تكون لها خصائص مرتبطة بأكثر من فئة واحدة.

٧- يتساءل مؤيدو منظور اللاشعور الدينامى، وكذلك كثير من مؤيدى اللاشعور المعرفى حول مشكلة استخدام مقاييس التقارير الذاتية فى البحث فى الشخصية. وعلى الجانب الآخر، يفترض بعض علماء النفس من ذوى التوجه المعرفى أن هذه المقاييس يمكن أن تكون مفيدة عندما يُسأل الأشخاص أسئلة محددة عن ظواهر كانوا منتبهين لها.

الفصل الثامن*

مفهوم الذات

* ترجمة د. محمد الرخاوى

نظرة عامة على الفصل:

نتناول فى هذا الفصل البحث العلمى فى مفهوم الذات[١]، الذى يعد واحدًا من أكثر المواضيع تعرضًا للفحص فى المجال، حيث نتعامل مع: كيف يرتقى الإحساس بالذات، وما الطرق والمفاهيم المختلفة التى تفهَّم بها منظّرو الشخصية الذات، وما الدوافع والفروق الفردية فى متغيرات الشخصية التى ترتبط بها، مثل، الفروق الفردية فى كفاءة الذات، والوعى بالذات[٢]، وتقدير الذات، وأخيرًا ما إذا كانت الذات متموضعة فى الدماغ، وما إذا كان مفهوم الذات يختلف عبر الثقافات.

أسئلة يتناولها هذا الفصل:

١- ماذا نقصد بمفهوم الذات؟ وهل يُعد مفهوم الذات ضروريًا لعلم نفس الشخصية؟

٢- كيف يرتقى الإحساس بالذات؟

٣- هل تدفعنا حاجتنا إلى تحقيق الذات أكثر مما تدفعنا حاجتنا إلى تعزيز الذات[٣]، أم العكس؟ هل تدفعنا رغبتنا فى أن نُعرف بما نحن عليه؟ أم بما نود أن نكون عليه؟

٤- ما متضمنات الفروق الفردية فى مسائل مثل إيمان المرء بكفاءته الخاصة؟ أو فى تركيز المرء انتباهه على ذاته مقابل التركيز على التنبيهات الخارجية؟ أو فى المدى الذى تتحقق فيه المعايير التى يضعها المرء وتلك التى يضعها الآخرون؟ وما تضمينات تقدير الذات المرتفع أو المنخفض؟

٥- هل يمكن أن تتموضع الذات فى المخ؟ وهل يختلف مفهوم الذات عبر الثقافات، أم أنه مفهوم عالمى؟

---

(١) The Concept of the Self

(٢) Self Consciousness

(٣) Self Enhancement

مقدمة

قد يبلغ مفهوم الذات، والطريقة التى ندرك بها أنفسنا ونخبرها، من وضوح الدلالة درجة أن المرء لا يمكن أن يتخيل جديًا ألا تصبح موضوعًا للدراسة بالنسبة لعلماء الشخصية. ومع ذلك اتجه بعض علماء النفس، فى فترات دورية، نحو السؤال عما إذا كان مفهوم الذات مفيدًا وضروريًا؟ فالظاهرة المرتبطة بمفهوم الذات تبدو شديدة الوضوح، ومع ذلك، فعندما نحاول دراستها واقعيًا، نبدو كما لو أننا نحاول القبض على ريشة تحملها الرياح. وبالتالى، وكما سنرى، فإن فترات الاهتمام الكبير بالذات قد تبادلت مع فترات الرفض الكامل لها كموضوع مفيد للبحث.

لماذا ندرس مفهوم الذات؟

لماذا هناك حاجة لدراسة مفهوم الذات؟

أولاً، يدرك مفهوم الذات بلغة حياتنا اليومية وخبرتنا الظاهرتية[1]. فمصطلحات مثل الوعى بالذات وتقدير الذات والأنانية وحب الذات[2] تشهد على أهمية الذات من وجهة نظر وجودية. فهذه المصطلحات والمشاعر المصاحبة لها تشكل الجزء الأعظم مما يتحدث عنه المرضى فى كل أشكال العلاج. إلا أن المعالج يقوم بتفسير ما يقوله المريض، حيث يشعر المريض فى معظم الحالات بغياب الرضا عن بعض جوانب الذات أو عن الذات ككل.

ثانيًا، يبدو أن الذات تمثل جزءًا مهمًا من الطريقة التى يفسر بها الشخص العالم، حيث تبزغ الذات مبكرًا فى الطفولة وتبدأ فى تشكيل جزء مهم من تصورات الطفل للعالم. فنحن من خلال قدرتنا على تمييز أنفسنا عن الآخرين ومدى انعكاس هذا على أنفسنا؛ نستخدم مفهومنا عن ذاتنا كطريقة لتقويم وتنظيم المعلومات. وكما

---

(١) Phenomenological

(٢) ...love

يحدث فى أية عملية معرفية مستمرة؛ فإن المعلومات الجديدة التى تتعلق بالذات يجب ان تُقيَّم مقابل المفاهيم القديمة؛ وبالتالى تُستدمج أيضًا داخلها أو تحدث بها تغييرات. بمعنى آخر، ليست الذات خبراتية(١) فحسب؛ لكنها أيضًا مفهوم ذو متضمنات مهمة للأداء الوظيفى لنسقنا المعرفى(٢).

وأخيرًا، فإن مفهوم الذات ضرورى لفهم ما قد يبدو – بدونه– متناقضًا أو غير مرتبط بالنتائج. فمثلاً، يكون أداء الفرد مختلفًا عندما يكون لديه دافع أو يكون مستغرقًا فى ذواته(٣)، بشكل مختلف عما إذا لم يتوفر هذا الدافع أو هذه العلاقة. يبدو أن مفهوم الذات ضرورى لفهم مثل هذه الفروق فى الأداء. بل نكاد نقول إن مفهوم الذات هو ما يعطى تنظيمًا ووحدة لمختلف الطرق المختلفة التي يؤدى بها الشخص وظائفه فى ظل مختلف الظروف. فبغير مفهوم الذات؛ هل هناك طريقة نستطيع بها التعبير عن الأوجه المنظمة والمتكاملة للأداء النفسى الإنسانى؟

باختصار، يبدو أن الذات تشكل جزءًا رئيسًا من خبرتنا ومفهومنا عن العالم؛ وهى تلعب دورًا عظيمًا فى الطريقة التى نسلك بها، وهى تعطى الوحدة لأداءاتنا الوظيفية. ومع ذلك، فكما لوحظ تاريخيًا كانت هناك موجات صعود وهبوط فى الاهتمام بمفهوم الذات. ففى سنة ١٩٧٥ عندما بدأتُ العمل فى كتاب *"قضايا وخلافات معاصرة حول الشخصية*(٤)؛ تناقشت حول ما إذا كنت سأضمنه فصلاً عن الذات. أما اليوم، فإن المرء لا يستطيع أن يتصور إغفال مثل هذا الفصل فى كتاب عن البحوث المعاصرة فى الشخصية. فمئات من الدراسات تنشر سنويًا عن الذات وهناك اهتمام كبير بمفهوم الذات بين منظِّرى التحليل النفسى ومنظِّرى المعرفة الاجتماعية(٥). وسنرى فى هذا الفصل كيف فسر هؤلاء المنظِّرون الذات، كما

Experiential (١)
Cognitive System (٢)
Self-Involved (٣)
Current Controversies And Issues in Personality (٤)
Social Cognitive Theorists (٥)

سنتناول ما نما إلى فهمنا عن بناء الذات والعمليات النفسية المرتبطة بها. وقبل أن نفعل هذا سنراجع بشكل موجز تاريخ المفهوم لكى نضع تطوراته الجارية داخل منظور تاريخى. وفى مسار تناولنا لهذا المنظور التاريخى ستكون لدينا أيضًا الفرصة لمناقشة فكر بعض كبار منظّرى الذات فى العصر الحديث.

موجات ازدهار وهبوط الاهتمام بالذات: منظور تاريخى

قدم "وليام جيمس" (William James,1890) مصطلح الذات لعلم النفس الأمريكى سنة ١٨٩٠. وفى مقالة عن إسهامات وليام جيمس -بخصوص احتفال مئوى- لاحظت ماركوس (Markus, 1990) أنه "على الرغم من أن الأوجه العديدة لتنظير جيمس عن الذات كانت مؤثرة جدًا، إلا أن رأيه عن الذات بوصفها موضوعًا محوريًا للحياة النفسية تم تجاهله بشكل كبير" (p. 181). وتلاحظ ماركوس أن جيمس كان "عاطفيًا" تجاه الذات وأعطاها اهتمامًا وتأكيدًا محوريين. وتبعًا لجيمس تُعد الذات مركزًا لكل خبرتنا، ونحن نقسم العالم إلى "أنا" و"لا أنا". وهذا التمييز، وكيف أعرف ما هو "أنا" يعتمد على تفاعلاتنا مع الآخرين، وهى وجهة نظر مشتركة بين منظّرى الذات المعاصرين. وبالتالى، بناءً على هذه النظرة فإن إحساسنا بالذات يجعلها تبدو وكأنها "منظار للرؤية"، أو هى ذات عاكسة تعتمد على إدراكنا للكيفية التى نبدو بها للآخرين المهمين بالنسبة لنا (Cooley, 1902; Mead, 1934). وثمة جزء مهم مما هو "أنا" يتمثل فى تلك النغمة الانفعالية فى شعورنا بالذات[١]– تقديرنا للذات.

ولأن جيمس آمن بأن تفاعلاتنا الاجتماعية كانت مفتاحًا لمفهومنا عن ذاتنا، وأن تفاعلاتنا تتنوع تبعًا للمواقف والأفراد الذين نتفاعل معهم؛ فقد أكد على أهمية أن لنا عددًا من الذوات، ففى فقرة يتم اقتطافها بشكل متكرر افترض جيمس (James, 1890) أن:

---

(١) Self -Feeling

"للحديث بدقة، يمتلك الإنسان من الذوات الاجتماعية بقدر ما هناك من الأشخاص ممن يتعرفون عليه ويحملون عنه صورة فى رءُوسهم. ولكن بما أن الأفراد الذين يحملون صورًا يقعون بشكل طبيعي فى فئات، فيمكن أن نقول عمليًا إن للمرء من الذوات الاجتماعية المختلفة بقدر ما هناك جماعات من الأشخاص الذين يهتم هو برأيهم فيه" (p. 294).

وطبقًا لهذه الرؤية القائلة بتعدد الذوات، ربما يكون للمرء، بالتالى، ذاتًا للعمل وذاتًا للفسحة واللعب، وذاتًا للمدرسة وذاتًا عائلية وهكذا. ربما يكون لبعض الناس عدد كبير من هذه الذوات، بينما يكون للآخرين القليل منها. ومع ذلك، تحتاج هذه الذوات لا لأن تكون منعزلة أو متشظية[1] بعضها عن الآخر، بل يمكن أن تتكامل بطريقةٍ ما لتشكل إحساسًا بمزيد من وحدة الذات.

وبسبب محورية الذات، اعتقد جيمس أيضًا أن العمليات النفسية لا يمكن أن تفهم إلا فى سياق فهم الذات. فمثلاً تتأثر الدافعية بما إذا كانت الذات مرتبطة بموضوعها أم لا، كما تنشط "إرادات" المرء عندما يتصور أن النتيجة النهائية متعلقة بالذات. بمعنى آخر، ما يحثنا على التصرف بشكل إرادى، لنفعل ما نريد فعله ونتجنب ما نريد تجنبه، هو إدراكنا لمدى تعلق الفعل بذواتنا (Cross & Markus, 1990).

ومع صعود السلوكية، حدث تراجع فى الاهتمام بالذات، فقد كان واطسون (J. B. Watson, 1919, 1930)، أبو السلوكية، معارضًا لدراسة العمليات الداخلية واستخدام تقرير الذات الفينومينولوجى. فقد كانت مهمة علماء النفس عنده هى القياس الموضوعى للسلوك الظاهر. وهكذا تم استبعاد دراسة الذات كمجال مناسب للبحث بواسطة السيكولوجيين العلميين. أما فى الأربعينيات فقد عاد للظهور اهتمام كبير بالمفهوم، لا سيما فى أعمال جوردون أولبورت Gordon Allport وكارل روجرز Carl Rogers، وقد سبقت الإشارة بالفعل إلى الكتاب الثورى فى

(١) Fragmented

الشخصية لأولبورت (Allport, 1937)، الذى احتوى على فصل عن الذات. وكما فعل جيمس تناول أولبورت عددًا من المواضيع التى تشغل اهتمام علماء الشخصية اليوم – الوعى بالذات، وتقدير الذات، وقدرة الأفراد على خداع أنفسهم. وعلى الرغم من اهتمامه الدائم بوحدة الشخصية، فإن أولبورت (1961) لم يؤكد على الدور المحورى للذات فى تنظيم الشخصية إلا فى وقت متأخر نسبيًا. أما تأكيد روجرز على الذات كأساس للخبرة، فلن نفعل إلا أن نشير إليه هنا، حيث سنتناوله لاحقًا بشكل أعمق.

على الرغم من تأكيد أولبورت وروجرز وآخرين على الذات؛ فقد وجد أولبورت فى سنة ١٩٥٥ أنه من الضرورى توجيه السؤال حول ما إذا كان مفهوم الذات ضروريا؟ وقد أظهرت المراجعة التى أجريت فى نهاية العقد إلى أن هناك الكثير من المشكلات فى البحوث التى أجريت فى ذلك الوقت (Wylie, 1961). وبشكل أكثر تحديدًا تضمنت المشكلات تعدد واختلاف تعريفات مفهوم الذات ومقاييسها، كما تضمنت نقصًا فى الاتفاق بين المقاييس المختلفة. فهل تتكون الذات أساسًا من مشاعر أم مفاهيم أم إدراكات لسلوكنا؟ هل نملك ذاتًا واحدة أم عددًا من الذوات؟ هل هناك "ذات عامة" و"ذات خاصة"؟ "ذات شعورية" و"ذات غير شعورية"؟ وإذا كان الأمر كذالك، فكيف ترتبط كل هذه الذوات ببعضها البعض وبالسلوك؟ هل تعد التقارير الذاتية أساسًا مناسبًا لقياس الذات أم أننا فى حاجة إلى تكنيكات أخرى، كالمقاييس الإسقاطية مثلاً؟ وإذا تم استخدام مقاييس متعددة فكيف تُربط النتائج بعضها البعض الآخر؟

بدت أسئلة مثل هذه معقدة جدًا وضرورية جدًا معًا، وكذلك بدت الجهود المبذولة لإجابتها معيبة جدًا؛ فلم تبد آفاق التقدم المتوقع سنة ١٩٦٠ جلية. وبالتالى، وفى سنة ١٩٧٣ عاد السؤال عما إذا كان مفهوم الذات ضروريًا ليُطرح مرة أخرى (Epstein, 1973). كانت الثورة المعرفية تحل محل السلوكية كنموذج مسيطر فى علم النفس؛ إلا أن الغالبية العظمى من علماء الشخصية ظلت محجمة عن تبنى

مفهوم الذات. ومع ذلك، ومنذ ذلك الوقت عاد الموضوع للبروز بشدة، وليس من الواضح تمامًا لماذا يحدث هذا. من المحتمل أن يرجع ذلك إلى أن المتخصصين فى علم الشخصية وعلم النفس الاجتماعى قد بدأوا فى استعمال مفاهيم من علم النفس المعرفى فى مجال الشخصية. هكذا اقترحت ماركوس (Markus, 1977) أن تعالج الذات بوصفها بناءً أو مخططًا معرفيًا. وتمثل **مخططات الذات**[١] هذه تعميمات معرفية عن الذات، مما يشتق من الخبرة السابقة. ومثل كل المخططات فإن مخططات الذات تنظم معالجة المعلومات وتوجهها، فى هذه الحالة نحن نقصد المعلومات المتعلقة بالذات. إلا أن تطبيق المبادئ المعرفية على الشخصية لا يمكن أن تقدم تفسيرًا كليًا للعودة إلى الاهتمام بالذات؛ فثمة منظرون آخرون، كالمحللين النفسيين مثلاً، ممن أظهروا اهتمامًا متجددًا بالذات مع أنهم كانوا بعيدين عن الثورة المعرفية. ربما دفع تراكم ما لقوى عامة فى المجتمع علماءَ الشخصية إلى التركيز على الذات، وهذه القوى هى التى دفعت إلى ما يطلق عليه "جيل أنا[٢]" فى الثمانينيات.

أيًّا كانت الأسباب التى دفعت إلى نمو الاهتمام بمفهوم الذات، فإنه لا يمكن إنكار عودة الاهتمام بها بوصفها جزءًا محوريًا فى علم الشخصية وعلم نفس الاجتماعى (Baumeister, 1999, Robins, Norem & Cheek, 1999). وفى كلمات أحد المراجعين الجدد، "إن محاولة مراجعة الأبحاث التى تجرى عن الذات أو متابعتها، يشبه محاولة الحصول على شربة ماء من خرطوم إطفاء الحريق" (Baumeister, 1998, p. 681). إجمالاً، يمكننا أن نرى من هذه المراجعة الموجزة كيف كان مسار دراسة مفهوم الذات غير مستوٍ، إذ يبرز فى نقطة ويُهمل فى نقطة غيرها، ويُعترف بأهميته الجوهرية فى دراما الحياة، بينما هو مراوغ لدرجة تحبط دومًا أولئك الذين يسعون للإمساك به بأساليب العلم. وعلى طول

(١) Self-Schema
(٢) Me Generation

المدى، بدءًا من وليام جيمس منذ أكثر من مائة عام، لم يستطع علماء النفس أبدًا إهمال انشغالهم بالذات. وكما سنرى على مدار هذا الفصل؛ ظلت الأسئلة والمسائل الأساسية كما هي: متى وكيف ترتقي الذات؟ هل هناك ذات واحدة أم عدد من الذوات؟ وإذا كان هناك عدد من الذوات فكيف تنتظم إلى الحد الذي لا نشعر فيه جميعًا بأن لنا شخصيات عديدة؟ وإذا كنا نتباين من موقف إلى آخر، ومن فترة إلى أخرى فما الذي يمدنا بالإحساس بالوحدة والهوية؟ وإذا كان جزء من الذات هو ما نفكر فيه وما نشعر به، فما العلاقة بين الأوجه المعرفية والوجدانية للذات؟ ما علاقة الذات بالسلوك: إذا كنا نرى أنفسنا بشكل مختلف فهل من الضروري أن نسلك بشكل مختلف؟ وإذا سلكنا بشكل مختلف؛ فهل من الضروري أن نرى ذواتنا بشكل مختلف؟ وأخيرًا هل يمكن أن تكون لدينا إدراكات ذات لاشعورية[1]؟ وإذا كان الأمر كذلك، ما مدى أهميتها، وكيف يمكن تقويمها؟ لدينا أسئلة كافية لنهتم بها. لنبذل الآن جهدنا لتوفير إجابات.

ارتقاء الذات

متى وكيف ترتقي الذات؟ هل يولد الرضيع بذات؟ وإذا لم يكن يولد بذات، فكيف نعرف أن الذات تبزغ؟ إنه من اليسير أن نسأل المراهقين والراشدين ليخبرونا عن أنفسهم، ولكن ماذا نفعل مع الرضيع أو الطفل الصغير؟ علاوة على ذلك، هل البشر وحدهم لديهم القدرة على الإحساس بالذات؟

لقد اهتم المتخصصون في علم النفس الارتقائي بالذات، ووضعوا تصورًا للمراحل المختلفة للارتقاء في فهمها[2] من مرحلة الرضاعة إلى المراهقة (Damon & Hart, 1988; Harter, 1999) أولاً، لنبدأ بالتمييز بين *إدراك الذات والوعي بالذات*. فقد استخدم الارتقائيون مصطلحات متنوعة، ولكن النقطة الأساسية هنا هي التمييز بين إدراك الرضيع لوجوده المنفصل عن الأشخاص والمواضيع

(١) Unconscious Self Perceptions

(٢) Self - Understanding

الفيزيقية الأخرى، وقدرة الطفل على التفكير فى ذاته، والتى تعنى **ارتقاء الوعى بالذات**. ويشير البعض إلى إدراك الذات والوعى بالذات بوصفهما الذات الوجودية[1] والذات المقولية[2] (Lewis & Brooks-Gunn, 1979)، ويشير آخرون إلى التمييز الذى وضعه وليام جمس بين "I" و"Me"، على أساس أن "I" تشير إلى الذات التى تسلك وتلاحِظ، فى حين أن "Me" يشار إليها بوصفها الذات التى تجرى ملاحظتها، أو هى موضوع المعرفة بالذات[3] (Damon & Hart, 1988; Harter, 1999).

هناك نقطتان تستحقان الاهتمام حول هذا التمييز الذى وضعه المتخصصون فى علم النفس الارتقائى. **أولاً**، فى الإشارة إلى ارتقاء الذات، يجب أن يكون واضحًا أىُّ وجه من أوجه الأداء الوظيفى للذات يتم تناوله. **ثانيًا**، تعد التطورات المعرفية مكونات مهمة فى ارتقاء الذات، حيث يمثل ارتقاء الوعى بالذات ارتقاء نوعيًا فيما وراء إدراك الذات. وبالتالى، بينما من المتعارف عليه أنه من الممكن للرئيسيات الأخرى إدراك الذات، فإنه من المفترض أن الوعى بالذات مقصور على البشر والقردة العليا (كالشمبانزى) (Lewis, 1992a).

الذات كموضوع منفصل عن الأفراد والمواضيع الأخرى: إدراك الذات

كيف يستطيع الرضيع تنمية الإحساس بذاته ككيان منفصل عن الأفراد والمواضيع الأخرى؟ يفترض المتخصصون فى علم النفس الارتقائى أنه فى حوالى الشهر الثالث يبدأ الطفل فى تمييز ذاته عن الآخر (Lewis, 1990a, 1990b). يرتكز هذا التمييز، فى الجزء الأكبر منه على الفروق الحسية المصاحبة للذات الجسمية[4] كمقابل للذات غير الجسمية (Butterworth, 1992)، فمثلاً، تختلف أحاسيس الرضيع من لمس جسمه عن تلك التى يحسها عندما يلمس المواضيع

---

(١) Existential Self

(٢) Categorical Self

(٣) Self-Knowledge

(٤) Bodily Self

الأخرى، فهى تختلف فى حالة عضّه ليده أو قدمه، عنها فى حالة عضّه لأيادى أو أقدام الآخرين، أو عضّ المواضيع الفيزيقية الأخرى. للتوضيح بمثال آخر، فإن خبرة المتابعة البصرية تختلف عندما يحرك الرضيع رأسه، عنها عندما يظل ثابتًا بينما يلاحظ الآخرين يتحركون. بالإضافة إلى أنه يتوفر دليل على أن الرضع يستجيبون بشكل مختلف لأصواتهم عن استجابتهم لأصوات الرضّع الآخرين. فمن يوم الميلاد يبكى الأطفال عند سماعهم صوت بكائهم، أقل مما يبكون إذ يسمعون صوت بكاء الأطفال الآخرين (Martin & Clark, 1982). فبشكل ما يستطيع حديث الولادة تعرف نبرات صوته وتمييزها عن نبرات أصوات الأطفال الآخرين.

بالإضافة إلى هذه التمييزات الحسية، يستطيع حديثو الولادة تعلم الارتباطات المحتملة[1] بين حركات أيديهم أو أقدامهم وبين التغيرات فى المواضيع المحيطة (Lewis, Sullivan, & Brooks–Gunn, 1985). فمثلاً، يلاحظ الرضيع أن تحريك ذراعيه كان له تأثير على الشيء المعلق فى مهده، والعلاقة بين هذه الحركات وتأثيرها مختلفة عن حركات الذراع التى يلاحظ الطفل أنها من فعل الآخرين؛ حيث إن هناك فرقًا فى الرابطة: الفعل – النتيجة بين أفعاله وأفعال الآخرين(Rovee –Collier, 1993). والوعى بمثل هذه الفروق فى الروابط، بين الفعل– النتيجة يسهم فى ارتقاء الذات المدركة:

وأخيرًا، فإن هناك ارتقاءً متزايدًا فى إدراك ثبات الموضوع، ومن ثم الإحساس بالذات، وكذلك بالآخرين، كمواضيع ثابتة عبر مواقف متنوعة. فاختفاء شيء ما عن الرؤية لا يعنى أنه لم يعد موجودًا، والتغير فى مظهر شيء ما، لا يعنى أنه لم يعد نفس الشيء. هكذا أصبح الرضيع يتعرف على ذاته بوصفها نفس الشيء، فـ" جون" هو جون (أو كارين هى كارين) سواء كان فى هذه الغرفة أو غيرها، وسواء كان يلعب مع الأولاد أو رفاق اللعب أو الكلب.

---

(١) Contingencies

باختصار، فى المدة ما بين عمر ثلاثة شهور وحتى سن سنة ونصف يرتقى الإحساس بالذات المدركة[1]. وتتضمن الذات المدركة فهم أن جسد الفرد مستمر عبر المواقف، وأن جسد الفرد له خبرات مختلفة عن خبرات المواضيع الأخرى، وأن هناك نتائج يمكن أن تترتب على أفعال الفرد. وعبر الارتقاء فى هذه المهارة المعرفية والحركية ترتقى الذات كعامل نشط ومستقل وسببى.

ارتقاء الوعى بالذات

فى حوالى الشهر الخامس عشر يرتقى الوعى بالذات– وهو القدرة على تأمل الذات ومعاملتها كموضوع منفصل. فكيف نتتبع بدايات الوعى بالذات؟ أحد الاختبارات التى تستخدم هنا هى تعرف الفرد على ذاته فى المرآة. فعند أية نقطة يظهر الطفل تعرفًا على الذات[2] بمعنى فهمه أن الصورة المنعكسة فى المرآة هى صورته؟ أولاً، لنتأمل بعض البحوث التى أجراها جالوب (Gallup, 1970) عن التعرف على الذات عند الشيمبانزى. فما فعله جالوب كان دراسة استجابات الشيمبانزى لمشاهدة أنفسهم فى مرآة. تبدى معظم الحيوانات قليلاً من الاهتمام عند رؤية صورتها منعكسة فى المرآة، أو قد تتعامل مع الصورة فى المرآة كما لو كانت فردًا آخر من النوع نفسه. فذكر سمكة السيامى المحارب، بناءً على رؤيته لمرآة مثبتة فى حوض أسماك، ومع وجود أنثى من نفس النوع؛ سوف يمد زعانفه ويزيد من اهتزازه المتلون– وهذا بالضبط ما يفعله عندما يرى ذكرًا منافسًا فى الحوض، بمعنى أن ذكر السمك يدرك الصورة، ويستجيب لها كما لو كانت ذكرًا آخر، من المحتمل أن يكون منافسًا. فماذا ستفعل قرود الشيمبانزى؟ لقد وجد جالوب أنها فى البداية تستجيب لصورتها بطريقة تشبه سمك السيامى، وتعامل الصورة كما لو كانت شيمبانزيًا آخر، وتتخذ أوضاعًا وتصدر أصواتًا مهددة، إلا أنها بعد أيام قليلة من

---

(1) Perceived Self

(2) Self –Recognition

الخبرة بالمرآة كانت قادرة على الانغماس فى سلوكيات موجهه نحو الذات(١) كاستخدام المرآة لتهيئة أجزاء من جسدها. ما فعله جالوب بعد ذلك هو تخدير الشيمبانزى ووضع صبغة حمراء عديمة الرائحة على وجوهها، وعندما انتهى مفعول التخدير ووضعت قرود الشيمبانزى أمام مرآة، فهل تعرفت على نفسها وعلى الصبغة الحمراء؟ فى الواقع ما وجده جالوب هو أنها بدأت بشكل مباشر فى فحص الجزء المصبوغ فى وجهها، وهى إشارة للوعى بالذات. وحديثًا توفر دليل يبرهن، من خلال التعرف على الذات فى المرآة، على أن الدلافين لديها إحساس بالذات، وهى قدرة كان يعتقد دائمًا أنها قاصرة على البشر والقردة العليا (*New York Times*, May 1,2001).

فعند أى سن يُظهر الرضّع السلوك نفسه؟ لقد كان هذا سؤالاً لبحث أجراه لويس وبروكس-جن (Lewis & Brooks–Gunn, 1979)، حيث قارنا سلوك التعرف على الذات فى المرآة بين ثلاث مجموعات أعمارها ما بين ٩-١٢ شهرًا، و١٥-١٨ شهرًا، و٢١-٢٤ شهرًا. وقبل وضع الطفل أمام المرآة كان يُطلب من الأم المسح على أنف طفلها بمنديل، وفى نفس الوقت تضع بقعة من أحمر شفاه على أنفه وبحيث لا يشعر الطفل بأن شيئًا غيرَ معتادٍ يحدث. إذ أن سلوك مسح الأم على أنف طفلها نشاط أمومى نمطى. فهل سيتعرف الطفل الموضوع أمام المرآة على البقعة الحمراء ويستجيب لها؟ وهل استجاب الطفل بطريقة تشير إلى التعرف على الذات؟

التعرف على الذات، على الرغم من اهتمام الرضع بصورتهم فى المرآة فى السن المبكرة، إلا أن التعرف على الذات، كما يظهر من خلال السلوك الموجه نحو الذات فى المرآة، لا يرتقى حتى الشهر الثامن عشر تقريبًا.

---

(١) Self-Directed

ما وجده لويس وبروكس- جن هو أن الأطفال فى سن ٩-١٢ شهرًا استجابوا لصورتهم فى المرآة بالابتسام لها، ولمسها ولم يوجهوا سلوكهم مباشرةً إلى البقعة الحمراء. بعبارة أخرى، استجاب الأطفال "اجتماعيًا" لصورتهم فى المرآة كما لو كان هناك طفل آخر، كما أنهم لم يستجيبوا لبقعة أحمر الشفاه بالطريقة التى تعنى أنهم يعون أنهم كانوا ينظرون إلى أنفسهم فى المرآة. ومثل هذا السلوك الموجه نحو الذات بدأ فى الظهور لدى مجموعة الأطفال فى سن ١٥-١٨ شهرًا وكان شديد الوضوح لدى المجموعة فى سن ٢١-٢٤ شهرًا، وفى حين أظهر الأطفال الأصغر سنًا بعض التعرف على أنفسهم من خلال تعرف حركاتهم فى المرآة، وهو ما يعبر مرة أخرى عن تعرف الذات من خلال اتساق الأحداث، إلا أن ذلك لم يدل بشكل عام على تعرف فعلىّ للذات.

وقد لاحظ لويس وبروكس-جن ملاحظات مشابهة عبر مقارنات ماهرة جدًا لاستجابات الأطفال لثلاثة أنواع من المشاهد التليفزيونية: مشاهد " حية " تعكس على شاشة التلفزيون ما كان يفعله الطفل فى نفس الوقت، ومشاهد مسجلة للطفل منذ أسبوع، ومشاهد لطفل آخر. فهل سيستجيب الطفل بشكل مختلف للمشاهد الثلاثة؟ لقد وُجِد - مرة أخرى- فارق مهم بين الأطفال فى السن من ٩- ١٢ شهرًا والأطفال فى السن من ١٥-١٨شهرًا. فبينما أبدى أطفال المجموعة الأصغر سنًا استجابة مميزة للمشاهد الحية عن المشاهد المسجلة من أسبوع، إلا أنهم لم يميزوا بين مشاهدهم المسجلة منذ أسبوع ومشاهد الطفل الآخر. بعبارة أخرى، كانوا يستخدمون الربط بين حركة أجسامهم وحركة المشهد على الشاشة كهاديات لإدراك الذات. وعلى جانب آخر، أظهر الأطفال فى سن من ١٥-١٨ شهرًا استجابات مميزة لمشاهد الذات عن مشاهد الآخرين، وهو ما يشير مرة أخرى إلى التعرف على الذات. إذن، فقد أشار اختبارا تعرف الذات فى المرآة، وتعرف الذات فى مشاهد الفيديو، إلى أن تعرُّف الذات بما لديها من ملامح مميزة يبدأ فى الشهر الخامس عشر ويصبح راسخًا فى سن عامين (جدول ٨-١).

جدول (٨-١)

ملخص المراحل الأساسية فى مهام التعرف

على الذات فى المرآة والفيديو عند الرضع

المرحلة	العمر	الوصف
انجذاب غير مكتسب نحو صور الآخرين	الشهور الثلاثة الأولى	[قليل من البحوث المنظمة فى الشهور الثلاثة الأولى]
اكتشاف الارتباط بين الأفعال والنتائج	بين الشهر الثالث والثامن	اهتمام بالصورة المنعكسة فى المرآة: يقترب الطفل من صورته ويبتسم لها، ويتصرف نحوها "بشكل اجتماعى".
الذات بوصفها موضوعًا دائمًا	بين الشهر الثامن والثانى عشر	الوعى بالخصائص الثابتة للذات؛ يجد موضع أشياء متصلة بالجسم باستخدام صورته فى المرآة، يميز تسجيلات الفيديو الخاصة به التى تعرض آنيًا على الشاشة.
تمييز الذات عن الآخرين	ما بين الشهر الثانى عشر والخامس عشر	يستخدم المرآة لتحديد موقع الآخرين فى المكان؛ يميز صورته فى الفيديو عن صور الآخرين.
اكتشاف خصائص الوجه	تبدأ حوالى الشهر الخامس عشر، وترسخ فى سن عامين	التعرف الذى يعتمد على الخصائص النوعية للذات؛ والنجاح فى ممهم " إزالة أحمر الشفاه".

Source: "Origins of Self Perception in Infancy," by G. Butterworth, 1992, *Psychological Inquiry, 3*, p. 104. Reprinted by permission of Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

هل يعنى التعرف على الذات، وخاصةً التعرف على الذات فى المرآة، وعيًا بالذات، أى قدرة على تأمل الذات؟ هل يمكن أن نعتمد على بحوث التعرف على الذات فى المرآة كمعيار للتعرف على الذات وارتقاء الوعى بها؟ يرجح بعض

علماء النفس غير ذلك. ومع ذلك يشير لويس (Lewis, 1990a, 1992b) إلى أن وجهة النظر التى تتعلق بارتقاء الوعى بالذات فى الشهر الخامس عشر تتناسب مع تطورات الارتقاء الأخرى التى تحدث فى الوقت نفسه. أولاً، فى هذه المرحلة تقريبًا يبدأ الطفل فى استخدام اللغة بطريقة تميز بين الذات والآخرين. ثانيًا، يبدأ الطفل فى حوالى نفس السن إظهار ما يطلق عليه لويس **انفعالات الوعى بالـذات**[١]، وهـى انفعالات الحرج[٢]والفخر[٣] والخزى. فطبقًا للـويس، بعكـس انفعـالات أخـرى كالخوف، تعتمد انفعالات مثل الخزى على ارتقاء الوعى بالذات. وبالتالى لا نجـد دليلاً على الخزى سابقًا لارتقاء الوعى بالذات. فثمن ارتقاء الـوعى بالـذات هـو احتمالية شعور المرء أن ذاته سيئة وأن عليه الاختباء من الآخرين- **انفعال الخزى**.

وبعد الطفولة يتزايد ارتقاء تمثيلات الذات[٤]، أو مخططات الـذات وكـذلك ارتقاء الإحساس باستحقاق الذات[٥] وتقدير الذات. والتوجه العام فى هذه النظـرة ينحو نحو زيادة التمييز والتكامل بين مخططات الذات. كما أن هناك أيضًا ارتقـاء فى الإحساس بالهوية (الفصل السادس) وكذلك احتمال ارتقاء إحساس الفرد بكونـه غير أصيل[٦] (Harter, 1999).

ملخص المنظور الارتقائى

لتلخيص منظور المتخصصين فى علم النفس الارتقـائى؛ فـإن التطـورات الارتقائية الكيفية المميزة يمكن التعرف عليها فى ارتقاء الذات. فالارتقاءات المهمة هى تلك التى تتعلق بإدراك الذات والوعى بالذات. وعلى الرغم من أننا لا نستطيع سؤال الرضع عن إحساسهم بالذات؛ فيمكن تحليل سلوكهم فى المواقـف المختلفـة

Self-Conscious Emotions (١)
Embarrassment (٢)
Pride (٣)
Self-Representations (٤)
Self-Worth (٥)
Inauthentic (٦)

ليبيّن ما إذا كانوا يميزون بين فعل الذات وفعل الآخرين، وما إذا كانوا يستجيبون فى ظل الشعور بالذات والوعى بها. وهذه الملاحظات عن السلوك التمييزى للأطفال فى الأعمار المختلفة ترتبط بالملاحظات التى تعكس التطورات الارتقائية فى الجوانب الأخرى، خاصةً وأن هناك جهدًا عامًا لربط التطورات الارتقائية فى الإحساس بالذات بالجوانب الأخرى للارتقاء المعرفى.

ثلاث وجهات من النظر حول بناء الذات

نتناول فى هذا الجزء ثلاث رؤى تنظيرية عن الذات– الظاهرتية والتحليلية والمعرفية. وتمثل هذه الرؤى الثلاث الجهود الكبرى لفهم الذات. ويقع معظم منظّرى الذات فى واحدة أو أخرى من هذه الفئات، هذا وإن لم تكن وحدها لتشملهم جميعًا.

نظرية كارل روجرز الظاهراتية

أشرنا من قبل إلى أن كارل روجرز أكد مفهوم الذات فى الوقت الذى كان فيه مهملاً من قبل معظم علماء نفس الشخصية الآخرين. لم يبدأ روجْرز بالاهتمام بالذات؛ ففى الواقع كان روجرز يعتقد أنه مصطلح غامض ويفتقد إلى المعنى العلمى المحدد. ومع ذلك عندما استمع إلى العملاء يتحدثون عن مشكلاتهم واتجاهاتهم، وجد أنهم يميلون إلى الحديث بلغة الذات. وبدايةً من عام ١٩٤٧ أكد روجرز على مفهوم الذات بوصفه جزءًا من الشخصية، وعلى مدى الأربعين عامًا التالية أكد روجرز بشكل متزايد على أهمية المفهوم، كما أنه حاول استكشافه إكلينيكيًا وواقعيًا.

أكد روجرز المنحى الفينومينولوجى –محاولة فهم الأشخاص من خلال الكيفية التى يرون بها أنفسهم والعالم المحيط بهم. وطبقًا لهذا الموقف (Rogers, 1951)، فإن كل شخص يدرك العالم بطريقة فريدة، وهذه الإدراكات **تمثل المجال الظاهراتى**

للفرد[1]، الذى يتضمن إدراكات شعورية ولاشعورية. ومع ذلك فإن أكثر محـددات السلوك أهمية، لا سيما عند الأسوياء، هى الإدراكات الشعورية أو التى يمكـن أن تصبح شعورية. وعلى الرغم من أن المجال الإدراكى يُعد عالمًـا خاصًـا بـالفرد أساسًا؛ فإنه يمكننا محاولة إدراك العالم كما يبدو للأفراد، لنـرى العـالم بـأعينهم وبالمعنى النفسى الذى يمثله لهم.

ويهتم جزء أساسى من المجال الظاهرى بالذات، التـى تتكـون مـن هـذه الإدراكات والمعانى التى تُمثَّل فى مصطلحات مثل "I" أو "Me" (أنا) أو "ضـمير المتكلم مثل قلمى". ويمثل مفهوم الذات نمطًا منظمًا ومتسقًا من الإدراكات. وعلـى الرغم من أن الذات تتغير، إلا أنها تحتفظ بهـذه الطبيعـة المنمطـة والمتكاملـة والمنظمة. وكمجموعة منظمة من الإدراكات؛ فمـن الواضـح أن الـذات ليـست *قزمًا*[2]- هى ليست شخصًا صغيرًا داخلنا. فالذات لا "تفعل" أى شىء، وليس لـدى الشخص ذات تتحكم فى السلوك. ومع ذلك فإن الذات، بوصفها مجموعة منظمة من الإدراكات؛ تؤثر فى الكيفية التى نسلك بها. فالذات تعكس الخبـرة وتـؤثر فيهـا. وبالإضافة إلى الذات فإن لكل شخصٍ *ذاتًا مثالية*[3]، تمثل مفهوم الذات الذى يـود الشخص فى الغالب أن يمتلكه، والذى يتضمن الإدراكـات والمعـانى التـى مـن المحتمل أن تتعالق مع الذات والتى يضع لها الفرد قيمة مرتفعة.

وطبقًا لروجرز، يسهم إدراك الطفل لتقديرات الوالدين إسهامًا كبيرًا فى نمـو الذات المبكرة، فتقدير الطفل لذاته أو الحكم الشخصى باستحقاقها يأتى نتيجة لهـذه الإدراكات. ومع استحسان الوالدين ودعمهما لبعض أفعال الطفل؛ يستطيع الطفـل دمج الخبرات الجديدة داخل إحساسه بالذات. وفى هذه الحالة، تكون هناك حالة من *الانسجام*[4] بين الذات والخبرة. وعلى الجانب الآخر، إذا وضع الوالـدان شـروطًا

---

(١) Individual's Phenomenal Field
(٢) Homunculus
(٣) Ideal Self
(٤) Congruence

على الاستحقاق القاعدى لذات الطفل(١) (كأن تكون قيمة الطفل مشروطة بشروط يضعها الوالدان)؛ فإن الخبرات التى تهدد استحقاق الذات سوف تُدرك على أنها مهددة وربما تُرفض. بمعنى آخر، فإن الخبرات التى لا تنسجم مع بناء الذات ربما يتم إنكارها أو تشويهها، نتيجة **لتناقض الخبرة الذاتية**(٢). إن فرض شروط على استحقاق الذات تنتج عنه حاجة إلى رفض الخبرات غير المنسجمة مع بناء الذات. وهو ما يشكل جوهر تكوين المرض النفسى. لقد أكد روجرز بأصالة على الحاجة إلى اتساق الذات(٣) وعلاقة هذا الاتساق بأداء منظومة الذات. ويؤكد مفهوم **اتساق الذات**، الذى طوره ليكى (Lecky, 1945)، حاجة الفرد إلى أن يؤدى دوره متفقًا مع نسق الذات ومحافظًا عليه. فاتساق بناء الذات والمحافظة عليه هو المهم.

وعلى الرغم من أن روجرز قد تبنى هذا المنظور أصلاً، كما أنه لم يرفضه أبدًا؛ فقد وضع تدريجيًا تأكيدًا أكبر على الحاجة إلى حفاظٍ على إحساسٍ بالذات مرتبط بشروط الاستحقاق. وهنا تأكيد كبير على الحاجة للحفاظ على صورة *إيجابية* للذات أكثر من الحاجة إلى الحفاظ على صورة متسقة. وكما سنرى لاحقًا، فقد تم حديثًا توجيه اهتمام كبير لبحث الحاجة إلى الاتساق (اتساق الذات أو تحقق الذات) والحاجة إلى صورة إيجابية (تعزيز الذات(٤)). وفى الوقت نفسه، يجب أن نلاحظ هنا أن ما كان مهمًا لروجرز هو أن يكون الفرد أمينًا مع نفسه بمعنى التعرف على الخبرة والسماح لها أن تصبح جزءًا من منظومة ذاته. على سبيل المثال: التعرف على مشاعر الغضب وسماح الفرد لنفسه بأن يرى نفسه بوصفه شخصًا يغضب أحيانًا، سيكون مهمًا حتى ولو كان الفرد يفضل أن يرى نفسه شخصًا لا يغضب أبدًا.

على الرغم من تأثره بعبارات العملاء عن الذات، فقد شعر روجرز بالحاجة

Basic Self-Worth (١)
Self-Experience Discrepancy (٢)
Self-Consistency (٣)
Self-Enhancement (٤)

إلى تعريف موضوعى عن مفهوم الذات، وطريقة لقياسه، وأداة للبحث فيه. لقد بدأ فى تصنيف عبارات تتعلق بالذات، مسجلة فى جلسات العلاج وحولها إلى **طريقة تصنيف Q**[١]. وكما لاحظنا فى علاقتها بالأبحاث الطولية لبلوك Block فى الفصل السادس، تستخدم طريقة تصنيف Q لتطوير مقاييس شخصية تعتمد على أحكام الملاحظ؛ وقد استُخدمت هنا لقياس مفهوم الذات. وكما هو مذكور آنفًا، يُعطى المبحوث مجموعة من العبارات التى تعبر عن خصائص شخصية ويُطلب منه تصنيف العبارات من أقل العبارات وصفًا لذاته إلى أكثر العبارات وصفًا لذاته[٢]، وذلك طبقًا لتوزيع اعتدالى (على سبيل المثال: تصنيف مائة بطاقة فى ١١ فئة من العبارات، على أن يلتزم بأعداد: ٢ و٤ و٨ و١١ و١٦ و١١ و٨ و٤ و٢ من العبارات فى كل فئة). كما استخدم هذا الإجراء لقياس الذات المثالية، حيث تصنف العبارات بناء على مدى مناسبتها لكل من "الأقل شبهًا مع ذاتى المثالية" على أحد الطرفين، و"الأكثر شبهًا بذاتى المثالية" على الطرف الآخر.

ولأن عبارات الذات وعبارات الذات المثالية التى يطلب من المبحوثين تصنيفها كانت نفسها، ويُطلب ترتيبها طبقًا للتوزيع الاعتدالى نفسه؛ فقد كان من الممكن تطوير مقياس كيفى للفروق بين الذات والذات المثالية، وأمكن بالتالى دراسة ارتباط التباين بين الذات والذات المثالية بالمقاييس الأخرى. ففى بحث مبكر ارتبط حجم التباين بين الذات والذات المثالية بمقاييس حسن الحال النفسية، حيث يرتبط الفارق الضئيل بين الذات والذات المثالية بحسن الحال النفسية الأفضل، كما أن التغيرات فى حجم درجة التباين كانت مصاحبة للتقدم فى العلاج النفسى، حيث أصبح حجم التباين أصغر مع تقدم العلاج. ومع ذلك، ومع الوقت ضعف الاهتمام بترتيب Q- كمقياس للذات والذات المثالية، جزئيًا لأن المبحوثين يمكن أن يشوهوا تقديراتهم أو أن يكونوا دفاعيين نحوها. فهل كان التباين الصغير بين تقديرات الذات

Q-Sort Method (١)
Self-Descriptive (٢)

والذات المثالية يعكس حسن حال أم دفاعية(١)، وهى عجز الفرد عن التعرف على عيوبه؟ بالإضافة إلى أن اهتمام روجرز ازداد بخبرة الفرد وبالطرق التى تستدمج من خلالها المشاعر فى نسق الذات، أكثر من اهتمامه بالتباينات بين إدراكات الذات والذات المثالية.

لتلخيص عمل روجرز، يمكننا أن نلاحظ تأكيده على الذات أثناء الفترات التى لم يكن فيها المفهوم حائزًا للتشجيع، وكذلك جهوده لتطوير مقاييس موضوعية للظواهر التى كانت دالة إكلينيكيًا. ومما يحسب لروجرز أنه حاول دائمًا دمج حساسيته(٢) بوصفه إكلينيكيًا مع احترامه لمناهج ومعايير الحصول على بيانات علمية. بالإضافة إلى أن روجرز قد أدرك أهمية كلا الوجهين الوجدانى والمعرفى للذات، وكذلك الوجهين الشعورى واللاشعورى. ولأنه لم يكن متأكدًا من الكيفية التى يقيس بها إدراكات الذات اللاشعورية بشكل موضوعى، كما اعتقد أن إدراكات الذات الشعورية أكثر أهمية؛ فقد صبَّ تركيزه على جوانب الذات التى كان من الممكن الوعى بها وكتابة تقرير ذاتى عنها. وفى النهاية؛ أكد روجرز على الحاجة إلى الاتساق والحاجة إلى النظرة الإيجابية فى العلاقة بالذات، مشددًا بتدريج متزايد على الأخيرة. وكان أكثر ما وجه إليه روجرز جهوده المباشرة هو مساعدة الأفراد ليكونوا أكثر وعيًا وقبولاً لخبراتهم.

مفهوم التحليل النفسى عن الذات

لم تتضمن النظرية التحليلية، كما طورها فرويد، تأكيدًا كبيرًا على مفهوم الذات، فقد افترض بعض المحللين أن الكلمة الألمانية التى كانت مترجمة إلى *الأنا* كان من الممكن أن تترجم أيضًا إلى *الذات*. ومع ذلك أيًا كانت فوائد هذه الوجهة من النظر، فلم يكن مفهوم الذات جزءً كبيرًا من النظرية التحليلية الكلاسيكية.

---

(١) Defensiveness
(٢) Sensitivity

بالأحرى، كان التأكيد منصبًّا على الغرائز الدافعة[1] والصراع بينها وبين الواقع أو الأنا الأعلى.

مدرسة سوليفان بين الشخصية[2] للطب النفسى

لا يعنى ذلك أن إهمال مفهوم الذات كان هو الحال بالنسبة لكل المحللين، أو أنه الحال بالنسبة للنظرية التحليلية المعاصرة. فقد طور الطبيب النفسى الأمريكى هارى ستاك سوليفان (Harry Stack Sullivan 1892–1949) منحًى بديلاً للتحليل النفسى هو **المدرسة بين الشخصية للطب النفسى**، متأثرًا بمنظّرى الذات الأوائل، مثل كولى Cooley وميد Mead، أكد سوليفان (Sullivan, 1953)، وبشدة، الأساس بين الشخصى والاجتماعى لارتقاء الذات، وخاصة فى العلاقة المبكرة بين الرضيع وأمه. وطبقًا لسوليفان ترتقى الذات من خلال المشاعر التى يخبرها الطفل أثناء اتصاله بالآخرين، ومن *التقديرات المنعكسة*[3] أو الإدراكات التى يدركها الرضيع عن تقدير الآخرين وتقويمهم له. ومن بين الجوانب المهمة من الذات، لا سيما فى العلاقة بخبرة القلق كمقابل للأمن، هى "أنا الجيدة" المصاحبة للخبرات الممتعة، و"أنا السيئة" المصاحبة للألم والمهددة للأمن، و"اللا أنا" أو جوانب الذات المرفوضة لكونها مصحوبة بقلق غير محتمل.

نظرية العلاقة بالموضوع[4]

على مدى ثلاثين سنةً مضت كان للمحللين النفسيين اهتمامات عيادية وتنظيرية بمشكلات تعريف الذات والتعرض لانخفاضات فى تقدير الذات (Kernberg, 1976; Kohut, 1977). لقد كان هناك اهتمام بكيف يطور الشخص، أثناء السنوات المبكرة، الإحساس بالذات ثم يحاول حماية تكاملها. ويطلق

---

(١) The Drive-Instincts

(٢) Interpersonal

(٣) Reflected Appraisals

(٤) Object Relations Theory

على المنظّرين المهتمين بمثل هذه الأسئلة منظّرو العلاقة بالموضوع (Greenberg & Mitchell, 1983; Westen & Gabbard, 1999). وبـؤرة الاهتمـام فـي **نظرية العلاقة بالموضوع** هي بحث المرء عن العلاقات وليس الإشـباع الغريـزى كما هو الحال فى التحليل النفسى الكلاسيكى. ويشدد منظّرو العلاقة بالموضوع على الاهتمام بكيفية تمثيل الخبرات الماضية مع الأفراد المهمين، بوصفها أوجهًا للذات، أو أوجهًا للآخرين، أو أوجهًا لعلاقة الذات بالآخرين؛ ومن ثم كيـف تـؤثر هـذه التمثيلات الذاتية(١) على العلاقات فى الحاضر (Baldwin, 1992; Hinkley & Andersen, 1996).

وعلى الرغم من الفروق بين منظّرى العلاقة بالموضوع، إلا أنهم يتفقون على تأكيد أهمية الارتقاء المبكر للتمثيلات النفسية للذات والآخـرين وعلاقـة الـذات بالآخرين (Cooper, 1993; Westen, 1992). فما العناصر المشتركة بين رؤى منظرى العلاقة بالموضوع المهتمة بالذات وتمثيلاتها؟ لقد لاحظ ويستن (Westen, 1992) خمسة عناصر عامة، هى:

أولاً: أن تمثيلات الذات فى نظرية العلاقة بالموضوع تُرى على أنها متعـددة الأبعاد. فكل شخص يقوم بكثير من التمثيلات اعتمادًا على عناصر متنوعـة، بمـا فيها الأصوات والابتسامات. بالإضافة إلى أنه، كما لوحظ، يمكن أن تكون تمثيلات الذات هذه منعزلاً كل منها عن الآخر، أو قد يتصارع كل منها مع الآخر، كما أنها قد تتكامل داخل إحساس متماسك بالذات. كما أن هذه التمثيلات يمكـن أن تكـون جزئية أو كلية، ترتبط بجزء من الذات (على سبيل المثال "هذا الجزء منى سـيىء، ومخز") أو ترتبط بالذات ككل ("أنا سيىء، وبلا قيمة").

ثانيًا: وبحسب منظّرى العلاقة بالموضوع، فإن تمثيلات الذات تكون محملـة بالوجدان بشدة. وفى الواقع، يمكن القول أن تمثيلات الفـرد الذاتيـة تُـنظم تبعًـا

---

(١) Self-Representations

لارتباطها بوجدانات مختلفة، وهذه النظرة لا تختلف بشدة عن وجهات النظر المعرفية المعاصرة عن طبيعة تنظيم الذاكرة للخبرات المصاحبة لانفعال قوى. هكذا يمكن لتمثيلات الذات أن تُنظم تبعًا لما إذا كانت مصاحبة لبهجة، أو استثارة جنسية أو حزن أو خزى.

ثالثًا: تكون تمثيلات الذات مصاحبة للدوافع فى ظل الأمنيات والمخاوف. وهذا التأكيد الدافعى لتمثيلات الذات ينتج عن ارتباطها بالوجدان. وفى أكثر المستويات قاعديةً تكون تمثيلات الذات مصحوبة بمتعة أو ألم (وجدان ممتع أو مؤلم)، ولذلك فهى تتولى الطبيعة الدافعية للأمنيات والمخاوف. فعادة ما يحاول المرء استعادة التمثيلات الإيجابية للذات وللعلاقة مع الآخرين، ويتجنب التمثيلات المصاحبة للوجدان السلبى (المخاوف).

رابعًا: يمكن أن تكون تمثيلات الذات شعورية أو لاشعورية. وليس مفاجئًا أن نجد تأكيدًا للتمثيلات اللاشعورية للذات، نظرًا لأهمية اللاشعور فى التحليل النفسى (الفصل السابع). وما يجب توضيحه هنا هو أن ما نفترضه ليس أن بعض تمثيلات الذات ليست شعورية[1] لأنها معتادة أو روتينية أو آلية فحسب، ولكن أن هذا البعض لاشعورى أو غير متاح للشعور، وهو ما يرجع لكونها تشكلت فى وقت سابق على ارتقاء اللغة وغيرها من المهارات المعرفية المتقدمة، أو لأنه قد تم كبتها. وكما فى توجهات أخرى للتحليل النفسى؛ فإن جزءًا من العلاج يتمثل فى جعل المريض قادرًا على أن يعى تمثيلات الذات التى قد كُبتت لأغراض دفاعية. وعندما تصبح هذه التمثيلات شعورية يمكن بعد ذلك فحصها فى ضوء مزيد من العمليات المعرفية الناضجة والعقلانية.

خامسًا: كما افترضنا فى كثير من التعليقات والتوضيحات السابقة، لا يطور الفرد تمثيلات عن الذات فقط، ولكن أيضًا تمثيلات عن الآخرين وعن علاقة الذات

---

(١) Not Conscious

بالآخرين. والوجدان الذى يقع فى جوهر التمثيلات يتقيد بالعلاقة كما يتقيد بالذات. وبالتالى، تعمل نماذج العمل الداخلي[1] لبولبى (Bowlby) (الفصل السادس) لا على الذات فحسب، ولكنها تعمل أيضًا على العلاقة بين الذات والآخرين. وفى الواقع، فإن نماذج العمل الخاصة بالعلاقات هى التى تُعد فى قلب نظرية التعلُّق وعلاقتها بتكوين العلاقات الرومانسية لدى الراشدين (Baldwin, Fehr, Keedian, Seidel & Thomson, 1993; Hazan & Shaver, 1994).

بالإضافة إلى هذه العناصر الخمسة يمكننا أن نضيف عنصرًا سادسًا هو افتراض أن تمثيلات الذات والآخرين وعلاقة الذات بالآخرين تُنظم داخل نسق. ونسق تمثيلات الذات هذا هو ما يعرف باسم نسق الذات[2]، حيث يحاول الفرد المحافظة على إحساس بالتماسك[3] أوبالترابط[4] أو بالتكامل[5] بين عناصر هذا النسق. وقد افترضت وجهة نظر الأنساق هذه فى المقام الأساس الذى يتعلق بتعدد أبعاد[6] تمثيلات الذات، ومع ذلك، فمن الأفضل ملاحظتها كنقطة منفصلة لأنها محورية فى العمل العيادى، كما أنها لسيت خاصية مميزة لكل الرؤى التنظيرية عن الذات. وفى إطار العمل العيادى، يفترض كثير من منظّرى العلاقة بالموضوع أن الأشكال المختلفة من الأمراض النفسية يمكن فهمها فى ظل جهود الفرد للاحتفاظ بذات متماسكة (Kohut, 1977). بعبارة أخرى، فحتى التميثلات المؤلمة للذات يمكن أن يُحتفظ بها لأنها تُخبر بوصفها ضرورية للإحساس بذات متماسكة مقابل تفكك الذات[7]. ومن هذا المنطلق ربما يفضل المرء أن يكون "سيئًا" عن أن يكون مرتبكًا أو ليس لديه إحساس بالذات بتاتًا.

---

(١) Internal Working Models
(٢) Self-System
(٣) Cohesion
(٤) Coherence
(٥) Integration
(٦) Multidimensionality
(٧) Fragmented

وطبقًا لمنظّرى العلاقة بالموضوع، ما يراه الفرد فى العلاج النفسى هو التفاعل بين تمثيلات الذات والآخرين والعلاقة بين الذات والآخرين التى تعود للصغر والطفولة. فمثلاً، ربما يكون لدى الفرد تمثيلات ذاتية عن كونه هشًا[1] جدًا وفى نفس الوقت غير قابل للانجراح[2] إطلاقًا. أو كونه ضعيفًا جدًا ومطلق القوة فعليًا، أو كونه مستحقًا لأى شيء يحتاج إليه أو يرغبه، وفى الوقت نفسه فهو لا يستأهل على الإطلاق. وترى مثل هذه التمثيلات على أنها تعود للعلاقات المبكرة وشديدة الانفعالية بالآخرين ذوى الأهمية بمن فيهم الأقران. بهذا الشكل فإنه يُنظر لهذه التمثيلات على أنها لا تعمل بالضرورة تبعًا للعمليات المعرفية المرتبطة بالرشد– فكيف يستطيع الفرد الاحتفاظ بمثل هذه الرؤى المتناقضة عن ذاته؟ فمثلاً، كان مفتاح تمثيل الذات بالنسبة لأحد المرضى هو أن لديه "أذنى دامبو[3]"، لأنهم فى الطفولة كانوا يسخرون من أذنيه مقارنة بين أذنيه الكبيرتين وأذنى فيل ديزنى المسمى "دامبو". وثمة مريض آخر كان يرى ذاته بوصفه أقبح رجل على وجه الأرض بسبب أنفه الكبير، والتى كانت تُقارن فى الطفولة بأنف بينوكيو(Pinocchio)، وفى كلتا الحالتين كانت تمثيلات الذات شعورية، إلا أن عمق المشاعر المصاحبة لها، والدور الذى تلعبه فى خبرات المريضين بذاتيهما وعلاقتهما بالآخرين لم تكن منظورة أو مقدرة على المستوى الشعورى.

باختصار، لدينا هنا نظرة عن الذات مبنية بشكل واسع على العمل العيادى مع المرضى، مؤكدةً كثيرًا من الفروض التحليلية التقليدية مثل أهمية الخبرات المبكرة واللاشعور، وهى تختلف من نواح مهمة، كما سنرى، عن كثير من وجهات النظر الأكثر معرفية عن الذات. وعلى الرغم من الجهود المبذولة لتطوير وسائل منظمة لتقويم طبيعة تمثيلات الفرد الذاتية، خاصة من خلال تحليل السجلات العلاجية، إلا -

---

(١) Fragile
(٢) Invulnerable
(٣) Dumbo Ears

أن العناصر الأساسية لوجهة نظر العلاقة بالموضوع –التحليلية تأتى من العمل العيادى مع المرضى. ومؤخرًا، وبشكل أكثر تحديدًا، تأتى من العمل مع المرضى الذين يتصارعون مع رؤى غير واقعية للذات، وأولئك الذين يتصارعون مع الآخرين لتأكيد هذه الرؤى غير الواقعية، والذين يكافحون من أجل الحفاظ على إحساس بتماسك الذات. ويعد الأساس لمثل هذا العمل التنظيرى مختلفًا تمامًا عن تلك الرؤى المعرفية الاجتماعية عن الذات، التى سننتقل إليها الآن.

الرؤية المعرفية الاجتماعية للذات

تعتمد الرؤية المعرفية الاجتماعية للذات على مفاهيم ومناهج بحث مشتقة من علم النفس المعرفى[1] ومع ذلك يمكننا الرجوع إلى عمل جورج كيلى (George Kelly, 1955) لنرى الأوجه المهمة للتأكيدات المعرفية. فكما أشرنا فى الفصل الثالث؛ طوّر كيلى نظرية فى البناءات الشخصية: فمَثَّلُ الناس كمثل العلماء؛ يلاحظون الأحداث ويصوغون مفاهيم أو بناءات لتنظيم الظواهر والتنبؤ بالمستقبل. والبناء، مثل المخططات، يُعد طريقة لإدراك أو تصور أو تفسير الأحداث، وتنتظم البناءات فى نسق ذى بناءات عالية الرتبة[2] فى نسق البناءات، وبناءات فرعية[3] منخفضة الرتبة فى نسق البناءات. وتوجد فى هذا النسق بناءات جوهرية، تلك التصورات التى تُعد أساسية للنسق، ولا تتغير بسهولة، وهناك بناءات سطحية[4]، وهى أساسية لدرجة أقل، ويمكن أن تتغير دون عواقب خطيرة على بقية النسق.

أين يقع مفهوم الذات داخل مثل هذا النسق النظرى؟ الذات فى نظرية البناء الشخصى هى شخص أو دور تنطبق عليه البناءات. وبالإضافة إلى ذلك يمكن أيضًا أن تكون الذات بناءً، وهى تصور أساسى أو عالى الرتبة فى العموم. تذكر أن كل البناءات ثنائية القطب. القطب المقابل لبناء الذات ربما يكون اللاذات، مكونًا بناء

(١) Cognitive Psychology
(٢) Superordinate
(٣) Subordinate
(٤) Peripheral Constructs

الذات–اللاذات. ومع ذلك من الممكن أن يكون القطب الثانى شيئًا آخر. على سبيل المثال يمكن أن يكون للشخص بناء *أنا طيب وأنا سيىء* بدلاً من بناء عالى الرتبة عن الذات يتضمن أجزاء طيبة وأجزاء سيئة. على أى حال، تفترض نظرية كيلى أن المرء يكوّن بناء مثل الذات–اللاذات على أساس ملاحظة التشابهات والفروق بين ذات الفرد والآخرين. وعلى أساس مثل هذه الملاحظات، تنطبق البناءات الأخرى على الذات، وتكون فرعية بالنسبة لبناء الذات. على سبيل المثال، فى حالة شخص تم اختباره على اختبار مجموعة بناءات الدور[1] لكيلى لتحديد نسق تصوره(ها)، تكونت بناءات كالآتية: راض عن الذات– شاك فى الذات، وغير واثق فى الذات–واثق فى الذات، ومكتفٍ ذاتيًا – يحتاج إلى الآخرين (Pervin, 1993b). وهذه البناءات وغيرها طبقت على الذات واستخدمت لتعريفها.

نقطة أخيرة ربما تستحق الملاحظة بالنسبة لنظرية كيلى، وهى تأكيده أهمية نسق البناءات للتنبؤ بالأحداث، وكذلك تأكيده وجود مشكلة إذا لم يستطع النسق عمل مثل هذه التنبؤات. وقد أكد كيلى أهمية الاتساق داخل نسق البناءات – فالاتساق يفيد فى عمل التنبؤات. فنسق بناءات غير متسق تلغى فيه التنبؤات بعضها البعض سوف يكون مشكلاً بالفعل. وقد افترض كيلى أيضًا أن القلق يحدث عندما يشعر الفرد بالأحداث تقع خارج نسق بناءاته، وإن المرء ليشعر بالتهديد عندما يكون هناك خطر تغيير شامل فى نسق البناءات. إذن ففى إطار الذات؛ يسعى الفرد ليكون قادرًا على التنبؤ بسلوكه الخاص، وسيشعر بالقلق عندما يسلك بطريقة لا تتناسب مع مفهومه عن ذاته. وربما يقاوم المرء التغييرات الشاملة فى نسق البناءات كما هو الحال عندما تقترب هذه التغيرات من الذات، بسبب التهديد المصاحب لها. ومن المتوقع أن الأفراد سيقاومون التغيير فى أساليبهم الأساسية المرتبطة بذواتهم، حتى ولو كان مثل هذا التغيير مرغوبًا.

Role Construct Repertory Test (1)

على الرغم من التأكيد المعرفى والإبهار فى نظرية كيلى، فقد كان لها تـأثير ضئيل نسبيًا على المنحى المعرفى الاجتماعى للذات. ويبدو أن ذلـك لأن نظريـة البناءات الشخصية قد ارتقت فى وقتٍ كان الاهتمام بالذات قد انزوى بعض الشيء، ولأن نظرية كيلى لم تكن مصاحبة لنموذج أو منحى أوسع للبحث العلمى. وقد طوّر إبيشتين (Epstein, 1973, 1990, 1992) منظورًا عن الذات يتضمن كثيرًا مـن العناصر المشتركة مع منظور كيلى. وطبقًا لإبشتين، فإن الذات هى نسق أو نظرية تصورية منظمة. فللأفراد نظريات عن أنفسهم تمامًا كما أن لهم نظريات عـن أى جزء آخر من العالم. وبهذا، فإن الذات تحوى عددًا مـن المكونـات (أى: ذواتًـا متعددة)، وهى تنظم المعلومات (الخبرة)، وتوجه الفعل. واتفاقًا مع كيلى، افتـرض إبشتين أن أجزاء من نظرية المرء عن ذاته شعورية والأجزاء الأخرى لاشعورية، وأن الأفراد لديهم دافع للحفاظ على اتساق نظريتهم عن ذواتهـم وتكاملهـا. كمـا افترض إبشتين أيضًا أن الأفراد لديهم دوافع لتضخيم المتعـة واختـصار الألـم، وليظلوا متصلين بالآخرين، ولرفع تقديرهم لذواتهم. إن هذه الدوافع جزء من تأكيد نظرية إيشتين على الجانب الخبراتى والمعرفى. لم يكن مثل هـذا التأكيـد علـى الدافعية، الذى ربما يتناسب مع بعض رؤى روجرز، لم يكن جزءًا من نسق كيلى. ففى الواقع، كما لاحظنا فى الفصل الثالث، رفض كيلى الحاجة إلى مفهوم الدافعية، وافترض بدلاً منه أن الأفراد يبحثون عن التنبؤ، وعن اتساق نسق البناءات الـذى يوفر القدرة على التنبؤ، وذلك لأنهم كذلك. بالنسبة لكيلى، لا توجد حاجة لمزيد من التوضيحات.

على الرغم من أن رؤى إبشتين قد لاقت استقبالاً جيدًا أيضًا، إلا أنها بدورها لم تؤثر كثيرًا على المجال؛ فهى لم تقدم نماذج أو طرقًا جديدة لرؤية الأفـراد، ولا قدمت اقتراحات لمنحى جديد فى البحث العلمى. لكن الموقف كان مختلفًا تمامًا فى

نظرة المنحى المعرفى لمعالجة المعلومات[1] إلى مفهوم الذات. فهنا يمكن النظر للشخص على أنه يشبه كثيرًا الكمبيوتر الذى يعالج المعلومات، بعض هذه المعلومات تنتظم حول فئة تسمى الذات. لقد جاءت الثورة المعرفية بمثل هذا النموذج عن الشخص، وقد عمل المتخصصون فى علم النفس المعرفى جادين باستخدام نموذج معالجة المعلومات مفهوميًا وواقعيًا. فهل يمكن تطبيق هذا النموذج على الذات؟

لنتناول هنا دراسة جذرية التأثير أجرتها ماركوس (Markus, 1977). فقد افترضت أن الأفراد يكوّنون أبنية معرفية عن ذواتهم تمامًا كما يفعلون مع الظواهر الأخرى، ومثل هذه الأبنية المعرفية يُطلق عليها *مخططات الذات*. لاحظ أن ماركوس قد استخدمت مصطلح *مخططات Schemata* ليشير إلى جمع مخطط. واليوم يستخدم مصطلح *مخطط Schema* ليشير إلى كل من المفرد والجمع. ومع ذلك، اتساقًا مع الاستخدام المبكر، فإننا سنستخدم مصطلح مخططات *Schemata* فى مناقشة بحث ماركوس[*]. تعد المخططات تعميمات معرفية عن الذات، مشتقة من خبرة سابقة، وهى التى تنظم وتقود معالجة المعلومات المتعلقة بالذات. بناء على هذا الفهم قارنت ماركوس بين مجموعتين من المبحوثين، الأولى صنف أفرادها أنفسهم كمعتمدين أو مستقلين، وهم أولئك الذين رأوا أن مخططات الذات هذه لها علاقة بهم (سواء قبلوها فأصبحوا من المعتمدين أو رفضوها فكانوا من المستقلين). أما المجموعة الثانية فهم أولئك المبحوثون الذين لم يظهروا أى ميل واضح لتصنيف أنفسهم كمعتمدين ولا كمستقلين، أى هؤلاء الذين لم تكن لمخططات الذات هذه علاقة بهم. يوصف أفراد المجموعة الأولى بأنهم *مخططين*[2] بالنسبة لمخطط الذات "مستقل–معتمد"، أما أفراد المجموعة الثانية فيوصفون بأنهم

---

(١) Cognitive Information Processing Approach

(*) ربما لا تتصل هذه المناقشة للمصطلحات مع القارئ العربى -كثيرًا، ولكننا أوردناها كما هى التزامًا بسياق النص الأصلى (المترجم).

(٢) Schematic

لامخططين[١]. والسؤال هو: هل يتباين الأداء المعرفى لهاتين المجموعتين؟ بعبارة أخرى، هل سيؤثر توفر مخططات ذات متعالقة علـى الأداء المعرفـى؟ بالفعـل، وجدت ماركوس أن الأفراد ذوى مخططات الذات المستقلة يؤدون بشكل مختلـف عن ذوى مخططات الذات المعتمدة، وكلا هاتين المجموعتين من الأفراد يختلفـون عن الأفراد الذين ليس لديهم مخططات ذات متعلقة بأى من الاعتماد أو الاستقلال. فالأفراد الذين لديهم مخططات كانوا قادرين على معالجـة المعلومـات المتعالقـة بصورة أسرع، وقادرين على تقديم مزيد من التصورات المتعلقة بالمخطط، وعلى مقاومة المعلومات التى لم تكن متفقة مع مخططاتهم عن ذواتهم وذلك أكثـر مـن الأفراد الذين لم يكن لديهم مخططات متعلقة بالذات. بعبارة أخرى، أوضح ماركوس أن الأفراد الذين لديهم مخططات ذات معينة، مثل الاستقلال والاعتماد، *يعالجون*[٢] المعلومات المتعلقة بسهولة، *ويسترجعون*[٣] الدليل الـسلوكى المتعلـق بـالمخطط بسهولة، *ويقاومون*[٤] الدليل المتناقض مع مخططاتهم عن ذواتهم.

بعد هذا البحث، جمعت ماركوس وآخرون أدلة إضافية توحى أنه بمجرد ما تترسخ مخططات الذات، فإنها تؤثر على مدى متنوع من العمليات المعرفية. فمثلاً، هناك دليل على أننا مستعدين لتلقى وتعلم معلومات متعالقة[٥] مع الذات بشكل أسرع من المعلومات التى لا تتعالق مع الذات، وعلى أننا يمكننـا اسـترجاع معلومـات متعالقة مع الذات بشكل أفضل من المعلومات غير المتعالقة مع الذات، كما أننـا لا نقاوم المعلومات المناقضة لمخططاتنا عن ذواتنا فحـسب، بـل نعـرض ونبـرز للآخرين المعلومات المتعالقة أو المؤكـدة لـذواتنا (Fong & Markus, 1982; Markus & Sentis, 1982; Swann & Read, 1981). فى الإجمال، افترضت

---

(١) Aschematic
(٢) Process
(٣) Retrieve
(٤) Resist
(٥) Discrepant

ماركوس الآتى: ١) يمكن النظر إلى مخططات الذات بوصفها تصورات معرفية تعمل بشكل مشابه للتصورات المعرفية الأخرى، ٢) يتم تقويم كل المثيرات الواردة تبعًا لتعالقها مع الذات، ٣) هناك ميل إلى تثبيت الذات[١].

لاحظ أنه لا يوجد من هذه الافتراضات ما يتناقض مع ما افترضه كيلى Kelly أو إبيشتين Epstein، ومع ذلك فالفرق هو فى الإطار الذى يعمل فيه المفهوم والإجراءات البحثية. ربما يكون مزيد من التوضيح لتطبيقات النموذج المعرفى لمعالجة المعلومات مفيدًا من هذا المنطلق. لقد افترض كانتور وكيلستروم (Cantor & Kihlstrom, 1987, 1989) أن مفهوم الذات يمكن معالجته كأى مفهوم أو فئة أخرى. فإذا كان المرء يفترض مفهومًا مثل *عربة*، فإنه يمكنه التفكير فى نماذج عديدة من العربات يمكن ترتيبها بشكل هرمى (Rosch, Mervis, Gray, Johnson, & Boyes-Braem, 1976). على سبيل المثال، السيارات، والأتوبيسات، والشاحنات كلها تمثل نماذج لعربات. وداخل الفئة: سيارة، توجد أنواع فرعية مثل سيارة أربعة باب وسيارة رياضة. وداخل الفئة: شاحنة، توجد أنواع فرعية مثل الشاحنات المسماة بالنصف نقل والقاطرات. وما يفترض هو أن هناك تعدد فى الذوات، يطلق عليه **عائلة الذوات**[٢]، يمكن ترتيبه بالمثل بشكل هرمى. فمثلاً، كما لوحظ مبكرًا، ربما يكون للفرد ذات للعمل وذات أسرية وذات اجتماعية وذات وحيدة. وداخل كل واحدة من هذه الذوات ربما توجد ذوات فرعية إضافية، فمثلاً، داخل الذات الأسرية ربما توجد ذات الطفل وذات الأخ وذات الشريك.

من أين يأتى تعدد الذوات فى عائلة الذوات؟ هناك احتمالات مختلفة، حيث يمكن أن يكون للأفراد ذوات متفردة وتنظيمات من الذوات. هكذا، وفى مقابل التصور السابق، ربما ينظم أفراد آخرون ذواتهم بشكل هرمى تبعًا للوجدانات، ذات

---

(١) Self Confirming

(٢) Family Of Selves

سعيدة وذات غير سعيدة عند قمة الهرم وأنواع مختلفة من الذوات السعيدة وغير السعيدة فى المستويات الأسفل. ومع ذلك، يفترض كانتور وكيلستروم أن الأشكال الهرمية للذات[١] تنتظم فى ضوء السياقات الموقفية. بمعنى آخر، يدرك الأفراد أن تركيب ذواتهم[٢] يتباين من سياق موقفى لآخر. وفى نفس الوقت هناك تداخل من التشابهات بين الذوات السياقية. وهكذا، فكما أن للأنواع المختلفة من السيارات خصائص متشابهة وخصائص أخرى مميزة؛ فإن للذات فى السياقات المختلفة نواحى شبه[٣] وأوجه تمايز[٤]. فما أبدو عليه فى المدرسة ربما يتمايز بوضوح عما أبدو عليه فى البيت، إلا أن هناك بعض الخصائص المشتركة بين الاثنين، على الأقل بما يكفى بالنسبة لى كى أدركهما على أنهما "أنا".

كيف، إذن، نصل إلى الإحساس بالوحدة، الإحساس بمن نحن على الرغم من كل التباين فى السياق؟ يفترض كانتور وكيلستروم ثلاثة أسس للإحساس بالتكامل داخل عائلة الذوات. **أولا:** تعطينا التشابهات المتداخلة إحساسًا بالوحدة. ربما يشتمل النموذج الأولى[٥] لذاتنا على العناصر المفتاحية التى توحد بين ذواتنا الفرعية المختلفة. **ثانيًا:** يأتى إحساسنا بوحدة الذات من سجل السيرة الذاتية الخاصة بنا، من إحساسنا بالديمومة عبر الزمن. **ثالثًا:** نستطيع دائمًا التركيز على ذات أساسية محورية. فبينما نغير ذواتنا تبعًا للسياق الموقفى، فى أداءاتنا اليومية، مستخدمين ما يُطلق عليه **مفهوم الذات العامل**[٦] (Markus & Kunda, 1986)، إلا أننا عادةً ما نكون قادرين على العودة إلى التركيز على بعض المستويات الأساسية من تصور الذات. هكذا تتوفر إجابة للسؤال لماذا لا نكون شخصيات متعددة– بسبب التشابهات المتداخلة، وسجلات السيرة الذاتية، وتصور الذات الأساسى أو المحورى.

---

(١) Self Hierarchies
(٢) Self–Constructions
(٣) Resemblances
(٤) Differentiation
(٥) Prototype
(٦) Working Self-Concept

فى الإجمال، تتضمن الرؤية المعرفية الاجتماعية للذات تأكيدًا على كل من الأوجه البنائية للذات والطرق التى يؤثر بها مفهوم الذات على مزيد من معالجات المعلومات. عند هذه النقطة يبدو كما لو كانت الذات من المنظور المعرفى الاجتماعى ذاتًا جامدة أو باردة بعض الشىء وبعيدة، وذلك مقارنة بالذات الظاهرتية أو الذات التحليلية. وفى الواقع، كانت للتصور المعرفى الاجتماعى الأصلى للذات كيفية "باردة". ومع ذلك فقد ازداد مع الوقت تأكيد أهمية المتغيرات الوجدانية والدافعية. فمثلاً، يُقَرُّ أن كل عضو من عائلة الذوات يمكن أن يصاحبه وجدان، وكما تمت الإشارة، ربما يكون الوجدان نفسه أساسًا لتصنيف بعض الذوات. بالإضافة إلى ذلك طوَّرت ماركوس مفهوم **الذوات الممكنة**(١) الذى يمثِّل ما يعتقد الأفراد أنهم ربما سيصبحون، وما يودون أن يكونوا عليه، وما يخافون أن يكونوا عليه (Markus & Nurius, 1986; Markus & Ruvolo, 1989) ومن هذا المنطلق، لا تفيد الذات الممكنة فى تنظيم المعلومات فقط ولكن لها أيضًا تأثيرًا دافعيًا قويًا يوجهنا نحو أن نكون على شاكلة معينة، ويبعدنا عن أن نصبح أشياء أخرى.

---

(١) Possible Selves

أضواء على باحث

هازل روز ماركوس Hazel Rose Makus

فى البحث عن معنى الذات

فى بداية عام ١٩٦٠ سافرت عائلتى من انجلترا إلى سان دياجو وكاليفورنيا للالتحاق بأعمامى وأسرهم. كثيرًا ما كانت العائلات الثلاث تقضى عطلات نهاية الأسبوع والإجازات سويًا. وفى أثناء وضع خطط لعطلة قادمة؛ كنا نقوم بمراجعات جماعية لرحلات العام السابق. يمكن أن يقول عمى شيئًا من قبيل "دعونا نذهب إلى البحيرة مرة أخرى، فقد كانت السباحة رائعة هناك؛ وهناك الصخرة الكبيرة لنقفز من فوقها، أتتذكرون كم استمتعنا فى اليوم الذى ذهبنا فيه جميعًا للتزلج على الماء؟" يمكن أن يقاطعه عمى الآخر، وهو رسول قبل أوانه فيما يتعلق بنصائحه عن الأنظمة الغذائية قليلة الدهون والخالية من المواد الحافظة "لا يمكننى أن أصدق أنك تفكر فى العودة إلى هناك– لقد كان الطعام سامًا، مليئًا بالمواد الكيمائية ولا يوجد سوى القمامة لتأكلها فى هذا الكوخ". عند هذه النقطة، فإن عمتى التى كانت دائمًا واعية، يمكنها أن تدعى أن الكوخ كان باهظ الثمن، ولهذا السبب لم نقض وقتًا طويلاً هناك، ربما علينا أن نلجأ للتخييم هذا العام. "لا" قد تعترض أمى، التخييم سوف يعنى مزيدًا من الحشرات التى عانينا منها العام السابق، وتروح أمى تعدد بالتفصيل كل الأحداث التى تضمنت الكثير من الناموس والحشرات الطائرة الأخرى

والعقارب. فى واحدة من المناسبات عندما كنت فى الحادية عشرة أو الثانية عشرة وكان هذا النوع من المناقشة على أوجه، أتذكر أننى سألت نفسى، "أى الرحلات تلك التى كانوا يتحدثون عنها؟ هل أنا ذهبت فيها؟"

لقد بدا كما لو أننا لم نكن جميعًا ذهبنا لقضاء عطلة عائلية واحدة سعيدة (بطريقتها العرجاء الخاصة)، ولكن رحلات منفصلة إلى عوالم مختلفة. فأنا إذ أفكر فى عطلاتى، لم أستطع تذكر أى حشرات؛ وأعتقد أن الطعام كان لذيذًا (خاصةً أقراص القرفة التى جعلت التنزه فى القرية من أفضل ما فى الرحلة)، ولا أفترض أن فكرة أن الإقامة لها مقابل مادى قد جاءتنى بأى شكل، وعلى الرغم من أننى تذكرت بالتأكيد رحلة التزلج على الماء التى كان يشير إليها عمى؛ فمن الصعب جدًا تذكرها كشىء ممتع. لقد كانت تجرتى الأولى ولم يزعج أحد نفسه ليخبرنى أن أترك الحبل عندما أقع. لقد غرقت تقريبًا، أو هكذا تذكرت. كون عمى يستدعى هذه الرحلة كمثل أعلى دائم للإجازات يدهشنى. فى تلك المناسبة، أتذكر أننى نظرت حول مائدة عمتى الكبيرة حيث تذكرت أننا كنا جميعًا معًا فى المكان والزمان نفسيهما. إنه لمن الممكن توثيق ذلك. ومع ذلك بدا أن كلاً منا قضى عطلة صيفية منفصلة. لقد عشنا جميعًا عطلاتنا وخزّنها كل منا فى فكره وذاكرته بطريقة فردية تمامًا فى ظل اهتماماتنا ومخاوفنا الخاصة.

يبدو لى الآن أن اندهاشى من الفروق الحادة الموجودة فى العوالم المعيشة فى عائلتى المتجانسة نسبيًا كانت مصدر اهتمامى بالذات والشخصية. وبعد سنوات عديدة وجدت أن وليام جيمس قد كتب عن دهشته من معرفة أن "العوالم الداخلية" لأفراد يعيشون فى ظروف متشابهة، يمكن أن تكون مختلفة لهذا الحد. وحديثًا قرأت لإدوارد سابير E. Sapir عبارة أمسكت بهذا الإحساس؛ فقد كتب يقول " إن العوالم التى تعيش فيها مجتمعات مختلفة عوالم منفصلة، فهى ليست نفس العالم وقد سمى بأسماء مختلفة" لقد بدا لى أن العوالم التى عاشت فيها عائلتى الممتدة كانت عوالم منفصلة، لا نفس العالم بأسماء مختلفة.

وبينما كنت أجرى الأبحاث الخاصة بأطروحتى، أصبحت مهتمة بالذات وبمصادر ومترتبات الاهتمامات النوعية التى تعطى شكلاً وتعريفًا للذات، والتى تعطى فى الوقت نفسه نظامًا وتماسكًا وبناءً للخبرة التى يعيشها الفرد. وقد أطلقت على هذه البناءات للمعرفة – المخططات– مخططات الذات. ووظيفة مخططات الذات هى إعطاء حيواتنا زيها المتفرد وشكلها الخاص. لقد تمنيت أنا وزملائى الباحثين فى وظائف مخططات الذات أن نفهم كيف تمدنا بالاستمرارية فى خبرتنا المعيشة، وكيف تسمح لنا بالانسجام مع بعض خصائص العالم دون الأخرى، وكيف تشكل ذاكرتنا وكيف تمدنا بمعالم توقعاتنا عن المستقبل. تم هذا البحث فى فترة عندما كان الاهتمام بالمعرفة وبالمعالجات المعرفية فى أوجه. وقد كان المجاز المسيطر عن العقل هو الكمبيوتر، لذلك ركزنا فى دراسات مخططات الذات على ما سميناه مترتبات "معالجة المعلومات" على مخططات الذات.

الآن أعتقد أنه يتسع اهتمام كثير من الباحثين بالمترتبات الوجدانية والدافعية والتفسيرية لهذه البناءات التفسيرية، وبدورها فى صنع الذات وصنع العالم. وتقترب دراساتى الحالية وتتعالق مع هذه الاهتمامات الباكرة من عدة نواح، إلا أنها تركز على الفروق بين الجماعات الثقافية أكثر من تركيزها على الفروق بين الأفراد. فمثل أعضاء العائلة الممتدة نفسها؛ تنشئ الجماعات الثقافية خصائص مختلفة تمامًا وواضحة عن العالم المشترك. فالثقافة الأمريكية تؤكد على الفردية والاستقلال وحق الفرد وحاجته ليكون متفردًا. وفى المقابل تؤكد كثير من الجماعات الثقافية الآسيوية على الاعتماد الأساسى المتبادل بين الأفراد، وأهمية أن يكون الفرد عضوًا أو مشاركًا فى جماعة بدلاً من إعطاء الاهتمام لفردية الشخص. وتعكس هذه التأكيدات، جزئيًا، إدراكات مختلفة لمعنى أن تكون شخصًا أو "ذاتا"، وكذلك آراء مختلفة حول ما هو جيد وما هو أخلاقى.

إن هدف بحثى الحالى، وهو هدف يشترك فيه كثير من أتباع علم النفس الحضارى، هو فحص مترتبات التباين فى المخططات الثقافية الأساسية لطرق

التفكير، والشعور، والفعل الخاصة بنا. ومن اهتمامات هذا البحث، وهو اهتمام أعتقد بتزايد دلالته فى علم الشخصية وعلم النفس الاجتماعى، أن نفهم كيف تتشكل وتُشَرَّط خبراتنا شديدة الخصوصية، وحياتنا الشخصية الداخلية (بما فيها مخططاتنا الذاتية المسيطرة) من خلال عوامل ثقافية وتاريخية واقتصادية واجتماعية سياسية متنوعة. وهذا يتطلب اهتمامًا خاصًا بسلسلة الأحداث بين الشخصية المتكررة التى تعطى للحياة اليومية شكلاً. والتوجه العام لهذا البحث هو نحو تغطية أو تفتيت الحواجز الصلبة والحادة التى اصطنعتها بحوثنا السابقة بين الفرد والعوامل الثقافية الاجتماعية، أو بين الذات والجماعة أو بين الشخص والموقف، بالإضافة إلى النظر إلى هذه الظواهر لا كقوى منفصلة يجب أن تتنافس مع بعضها البعض؛ ولكن كأشكال من الواقع متبادلة التأثير يجب أن تكون متعاونة لأنها تتطلب بعضها الآخر.

العمليات الدافعية المتصلة بالذات: تحقيق الذات وتعزيز الذات

ركزنا فى المناقشة السابقة أساسًا على الأوجه البنائية للذات. بينما سنركز فى هذا القسم على العمليات الدافعية. هناك مستويان من مستويات العمليات الدافعية يتم تأكيدهما فى العلاقة بالذات، وهما الاتساق والتعزيز. والاتساق، الذى يسمى أيضًا **تحقيق الذات**، يشير إلى محاولات الفرد لإيجاد اتفاق بين إدراكات الذات، ثم بين إدراكات الذات من ناحية والمعلومات الواردة من ناحية أخرى: نحن نسعى لأن يعرفنا الآخرون كما نحن، أو بما نعتقد أننا عليه. بينما يشير **تعزيز الذات** إلى المحاولة لتوفير المعلومات التى ستحافظ على تقدير الذات أو تزيده: نحن نسعى لأن يعرفنا الآخرون بما هو نحن، أو بما نود أن نكون.

وقد رأينا من قبل تأكيدًا على اتساق الذات بالفعل فى نظريات كيلى Kelly وإبشتين Epstein. وهو دافع أكده أيضًا كثير من المنظّرين الآخرين (Aronson, 1992; Schlenker & Weigold, 1989). فلماذا يجب على الأفراد أن يسعوا

لاتساق الذات؟ أولاً: لأن اتساق الذات يمدنا بإحساس التماسك والتكامل، فى حين أن انخفاض اتساق الذات يصاحبه صراع ومشقة. ثانيًا: يتيح لنا الاتساق القدرة على التنبؤ، بينما يعنى نقص الاتساق أننا غير قادرين على التنبؤ بكيف سنسلك. ومن هذا المنطلق هناك دوافع معرفية وانفعالية للاتساق مع الذات، هناك دوافع معرفية بمعنى الحاجة لنكون قادرين على التنبؤ بالأحداث، وهناك دوافع انفعالية بمعنى تفادى الشدة والصراع المصاحبين لنقص الاتساق. وعلينا ألا نندهش من أن الحاجة للاتساق الداخلى سوف تؤدى بنا إلى الحاجة إلى تحقيق الذات، والتى تعنى الحاجة لأن يؤكد لنا الآخرون ما نعتقده عن أنفسنا. هناك حاجة لجعل ذواتنا الداخلية الخاصة، وذواتنا الخارجية العامة متسقة مع بعضها البعض (Fleming & Rudman, 1993). نحن ننتقى المواقف التى ستؤكد مفهومنا عن ذاتنا، حتى ولو كانت المعلومات التى نحصل عليها ليست مفيدة لتقديرنا لذاتنا. بعبارة أخرى ربما تكون حاجتنا لتحقيق الذات كبيرة لدرجة أننا مستعدون لتقبل المعلومات السلبية للحفاظ على مفهومنا عن ذاتنا. فى الواقع، ربما تكون الحاجة لتجنب الخلل فى إحساسنا بالذات كبيرة لدرجة أن الأحداث الإيجابية قد تضر بصحتنا إذا كانت لدينا صور سلبية عن الذات (Brown & McGill, 1989). باختصار، الافتراض هنا هو أن الأفراد مدفوعون لتزكية اتساق الذات ولتحقيق مفاهيمهم عن ذواتهم من خلال توكيدات الآخرين.

ولكن ماذا عن الحاجة إلى النظرة الإيجابية وتقدير الذات؟ أليس لدينا حاجة للاحتفاظ بصورة إيجابية عن ذواتنا؟ مرة أخرى نقول إن المنظّرين يشددون على أهمية الحاجة لتعزيز الذات، أو الحاجة للحفاظ على تقدير الذات، أو دافع الفرد للاعتقاد بكفاءته التكيفية والأخلاقية (Baumeister, 1998, 1999; Greenwald & Partkanis, 1984; Pyszcynski, Greenberg, & Solomon, 1997, 2000; Tesser, 1988). تبعًا لهذه الرؤية، يسعى الأفراد نحو المعلومات بطريقة تخدم الذات، ويستدعون النجاحات أكثر من الإخفاقات، ويميلون لأن يعزوا لأنفسهم

النجاح أكثر من الفشل، ويميلون لرؤية الطيب فى أنفسهم أكثر مما يرونه فى الآخرين. ولكن ماذا عن قبول المعلومات السلبية المتعلقة بالذات؟ تبعًا لهذه الرؤية، فإن غياب الاتساق مع الذات يمكن احتماله بشرط ألا يوحى بعدم كفاءة الذات(1). فعندما نميل نحو تفضيل معلومات سلبية عن ذواتنا؛ لا يرجع ذلك لحاجتنا لتحقيق الذات، ولكن لأننا نخشى أن يؤدى التقويم الإيجابى غير الواقعى إلى إحباطات كبيرة لتوقعاتنا، وبالتالى إلى شرخ أكبر فى تقويمنا لذواتنا (Steel & Spencer, 1992). وفى سعينا للحفاظ على تقديرنا لذاتنا وتعزيزه، فإننا نستخدم *عمليات انعكاس*(2) و*عمليات مقارنة*(3)، لتقوية تقديرنا لذاتنا بمصاحبة آخرين ذوى مكانة عالية فى نظرنا (انعكاس)، وبتفادى المقارنة بمثل هؤلاء الأفراد (Tesser, Pilkington, & McIntosh, 1989). نود معظمنا أن نُعرف كأصدقاء للشخصيات المهمة (إنعكاس) ولكن على ألا نُقارَن بهم.

يبدو ميلنا لتفسير الأحداث بطريقة تعزز من الذات مقبولاً حدسيًا(4) أكثر من تململنا أحيانًا إذ نواجه مجاملات، أو أحداثًا إيجابية، أو نجاحات. ومع ذلك فإن حاجتنا للمحافظة على صحة تقديرنا لذواتنا يمكن أن تؤدى إلى بعض التأثيرات المزعجة. فمثلاً، ربما نحاول، عبر المناورات المعوقة للذات(5) وضع الحواجز فى طريق نجاحنا، وبهذا يمكن عزو هذا الفشل إلى الحاجز (Tice, 1991). وبالتالى، فإن الفرد الذى يستخدم استراتيجية إعاقة الذات ربما يأتى متأخرًا "متعمدًا" فى مقابلة مهمة جدًا. فإذا لم يحصل على الوظيفة، فإنه يستطيع إلقاء اللوم على الحضور متأخرًا أكثر من اللوم على شىء شخصى ربما يمثل خفضًا أكبر لتقدير الذات.. وبالمثل، ربما نقصى ذواتنا حتى نتجنب إحباط أنفسنا أو الآخرين من أدائنا. وفوق

---

(١) Self-Inadequacy
(٢) Reflection Processes
(٣) Comparison Processes
(٤) Intuitive
(٥) Self-Handicapping

ذلك ربما يكون الألم من خفض تقديرنا لذاتنا كبيرًا جدًا إلى الدرجة التى نبحث بها عن مهرب من وعينا بذاتنا من خلال الكحول أو المخدرات أو الأكل بشراهة[1] أو حتى الانتحار (Baumeister, 1990, 1991; Heatherton & Baumeister, 1991).

فهل هذه الرؤية صحيحة أم الرؤية الأخرى؟ فهل نحن نسعى إلى "الصحيح" أم "الجيد"؟ إلى أمانة تحقيق الذات أم إلى الوهج الدافئ لتعزيز الذات؟ وماذا يحدث عندما يتصارع الدافعان؟ وإذا جاء الدفع ليدفعنا؛ فهل نفضل المردود الدقيق أم المردود الإيجابى؟ الحقيقة المزعجة أم ما يتناسب مع خيالنا؟ أن نُعرف بما نحن عليه أم أن نُستلطف على أساس ما نود أن نكون؟ (Pelham, 1991; Strube, 1990; Swann, 1991, 1992, 1997) وماذا يحدث عندما تتصارع حاجتنا المعرفية للاتساق أو تحقيق الذات مع حاجتنا الوجدانية لتعزيز الذات، وهو ما أطلق عليه سوان Swann *النيران المعرفية الوجدانية المتقاطعة*[2] (Swann, 1997; Swann, Griffin, Predmore, & Gaines, 1987; Swann, Pelham & Krull, 1989)

لقد كان سوان (Swann, 1997) واحدًا من أكثر الباحثين نشاطًا فيما يتعلق بهذا السؤال. وقد تأثر فى الجزء الغالب بالدافع لتحقيق الذات، حتى فى تقدير المعلومات السلبية. وبالتالى، يوضح سوان النتائج غير السعيدة لمفهوم الذات السلبى باستخدامه وصف المرأة الجذابة واللطيفة والذكية التى تترك الرجال الذين يحبونها، وتكون منجذبة للرجال غير العطوفين بها، وذلك من أجل تحقيق مفهومها السلبى عن ذاتها. ولكن وراء مثل تلك الحكايات والنكات العيادية الساحرة مثل عبارة جروتشو ماركس (Groucho Marx) " لن أرتبط بالنادى الذى سيقبلنى عضوًا"؛ يقدم سوان دليلاً واقعيًا لدعم هذه الوجهة من النظر. فى اختباره الفرض القائل إن

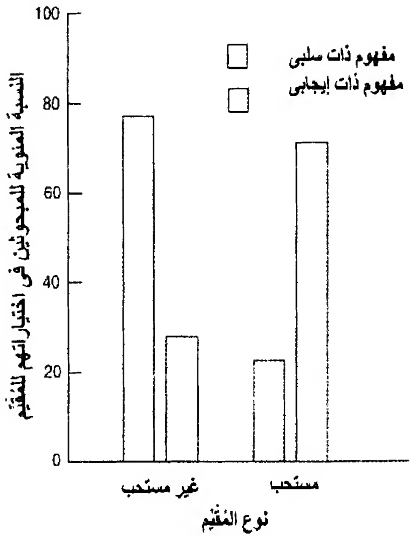
---

(١) Binge Eating

(٢) Cognitive-Affective Crossfire

الأفراد يسعون نحو الشريك الذى يحقق ذاتهم (أى الـذى يـدعم صـورتهم عـن ذواتهم)، أعطى سوان مجموعتين من المبحوثين، إحداهما من ذوى تقـويم الـذات المستحب، والأخرى من ذوى تقويم الذات غير المستحب؛ فرصة لاختيار التفاعـل مع واحد من اثنين من المقيِّمين. وقد احتوت أوصاف المُقَيِّمَيْن، اللذين كانـا فـى الحقيقة مزيفين، على تعليقات وصفية مكتوبة عن المبحوثين، مجموعة مـن هـذه الأوصاف مستحبة والأخرى غير مستحبة. فهل سيفضل المبحوثون التفاعـل مـع المقيِّم الذى يعطى تقويمًا إيجابيًا، متفقًا مع الدافع لتعزيز الذات، أم سـتكون هنـاك اختيارات مختلفة من قبل المبحوثين ذوى التقويمات الإيجابيـة والمبحـوثين ذوى التقويمات السلبية، بما يوافق فرض تحقيق الذات؟

إن ما وجده سوان كان واضح الاختلاف بين المجموعتين فى تفضيل شركاء التفاعل (Swann, Stein–Seroussi, & Giesler, 1992). اتفاقًا مـع فـرض تحقيق الذات، فضَّل الأفراد ذوو مفهوم الذات الإيجابى التفاعل مع "المقيِّمين" الذين أعطوا تقويمات مستحبة، بينما فضل الأفراد ذوو مفهوم الذات السلبى التفاعل مـع "المقيِّمين" الذين أعطوا تقويمات غير متسحبة (شكل ٨–١). علاوة على أن دليلاً تجريبيًا آخر يفترض أن الأفراد ذوى المفهوم السلبى عن الذات سوف يـستجيبون للثناء من خلال البحث عن مردود حول حدودهم، وسوف يظلوا ملتزمين بتحقيـق ذات شركائهم حتى ولو كان شركاؤهم ناقدين لهم (Swann, Hixon, & De La Ronde, 1992; Swann, Wenzlaff, Krull, & Pelham, 1992).



شكل (٨–١) تفضيلات التفاعل مع الشريك، الأفراد ذوو المفهوم الإيجابى عن الذات والأفراد ذوو المفهوم السلبى عن الذات يختارون على السواء التفاعل مع أولئك الذين يؤكدون مفهومهم عن ذاتهم– لسوء حظ أولئك ذوى المفهوم السلبى عن الذات.

المصدر: From "Seeking 'Truth,' Finding Despair: Some Unhappy Consequences of a Negative Self–Concept," by W B. Swann, Jr., 1992, Current Directions in Psychological Science, 1, *p. 16. Reprinted with the permission of Cambridge University (Press).*

فهل هذه النتائج لها تضمينات بالنسبة لفهمنا للاكتئاب؟ بعبارة أخرى، هل يجتذب الأفراد المكتئبون المشخصون المردود السلبى الذى يؤكد رؤيتهم السلبية عن ذاتهم ويديم اكتئابهم؟ ولاختبار هذا الاحتمال، أعطى سوان وزملاؤه (Giesler,

(Josephs, & Swann, 1996 الفرصة لأفراد مكتئبين عاديًـا للاختيـار بـين الحصول على مردود سلبى أو إيجابى، فيما يتعلق بقوتهم وضعفهم. وقد طلب منهم أيضًا تقدير دقة كل اثنين من أوصاف مختصرة لشخصيتهم، أحدهما إيجابى (مثل: هذا الشخص يبدو متوافقًا بشكل جيد، وواثق فى نفسه، وسعيد) والآخر سلبى (مثل: هذا الشخص يبدو غير سعيد، وغير واثق من نفسه). وقد تمت مقارنة اسـتجاباتهم مع أفراد منخفضين أو مرتفعين على مقاييس لتقدير الذات. تفترض نظرية تحقيـق الذات أن الأفراد المكتئبين عاديًا سوف يعبرون عن تفضيلهم للمـردود الـسلبى، وسوف يدركون هذا المردود بوصفه شديد السلبية، وذلك مقارنة بالأفراد ذوو تقدير الذات المرتفع، بينما يقع الأفـراد ذوى تقـدير الـذات المـنخفض بـين هـاتين المجموعتين. وقد كانت هذه هى الحالة فى الواقع: ٨٢% من المشاركين المكتئبين اختاروا المردود غير المستحب، مقارنةً بـ٦٤% من المشاركين ذوى تقدير الذات المنخفض و٢٥% من المشاركين ذوى تقدير الذات المرتفع. وبالمثل، أدرك الأفراد المكتئبون الوصف السلبى بوصفه أكثر دقة من الوصف الإيجابى، بينما كان العكس صحيحًا بالنسبة للمجموعتين الأخريين. لا سيما بالنسبة للمجموعة ذات تقدير الذات المرتفع. ومن ثم فقد افترض المؤلفون أن السعى نحو التقويمات الـسلبية والفـشل بالنسبة للسعى نحو التقويمات المرغوبة، يساهم فى الاكتئاب.

فهل الحاجة لتحقيق المفاهيم السلبية عن الذات تفترض أن مثل هؤلاء الأفراد مازوخيين[1]؟ لايعتقد سوان ذلك، فبدلاً من تفضيل كامل للمعلومات الـسلبية؛ فـإنهم يسعون فقط نحو المعلومات السلبية التى تؤكد تقويماتهم السلبية عن ذواتهم. أما فـى مجالات القوة الخاصة بهم فيسعى الأفراد ذوو التقويمات السلبية العامة عـن الـذات نحو مردود ذات مرغوب. وما يفترضه سوان هو أن الأفراد ذوى التقويمات السلبية عن الذات هم أنفسهم واقعين فى تقاطع نيران معرفية وجدانية بين تفضيلهم للمـردود

---

(١) Masochistic

السلبى الذى يتفق مع مفهومهم عن ذاتهم والمردود الإيجابى الذى سيرفع تقديرهم لذاتهم. ويفترض سوان أن الأفراد ربما يفضلون بشكل مبدئى المردود الإيجابى فى مثل هذه الظروف، إلا أنه بناءً على مزيد من المقارنة بين مثل هذا المردود، ومفهومهم عن ذاتهم فإنهم يختارون تحقيق الذات: "عندما يكون مفهوم الذات سلبيًا، فإن الرغبة فى تحقيق الذات سوف تغطى على الرغبة فى التقويمات الإيجابية" .(Swann, 1992, p. 16)

إن دليل سوان لمؤثر، وهو يمدنا بأساس لفهم لماذا تكون المفاهيم السلبية عن الذات عصية على التغيير إلى هذه الدرجة. على مسار الجهود المبذولة لتحسين مفهومهم عن ذاتهم، مثلما يحدث فى العلاج النفسى، يتفاعل الأفراد ذوو المفاهيم السلبية عن الذات مع آخرين، ويكونون متحيزين لقبول المعلومات من الآخرين الذين يصدقون على رؤيتهم السلبية عن ذواتهم. وفى عبارة تبدو متعاطفة مع النماذج التحليلية، يفترض سوان أن "بحوثًا متنامية تفترض أن شكل علاقات الأطفال مع مربيهم الأوائل سوف تساعدهم فيما بعد – أو تعطلهم– إذ هم ينضجون. وتفترض بياناتنا أن مفاهيم الذات لدى الأفراد ربما تُعد وسيلة مهمة لنقل علاقات الطفولة إلى مراحل الحياة المختلفة" (1992,p. 18).

وفى الوقت نفسه، نحن لا نحتاج لأن ننبهر بقوة الحاجة لحماية تقديرنا لذاتنا بينما العنصر الوجدانى فى تقاطع النيران. فمن الممكن أن يكون هناك توازن بين الحاجة المعرفية للاتساق والحاجة الوجدانية لتقدير الذات أو لتعزيز الذات. فعندما تقتضى الظروف الحاجة للواقع، فقد تسيطر دوافع الاتساق؛ وعندما تكون ضرورات الواقع ضعيفة أو تكون حاجات تقدير الذات كبيرة، فمن الممكن أن تسيطر دوافع تعزيز الذات (Schienker & Weigold, 1989). ففى بحث سوان كان المبحوثون مدفوعين فى الغالب للاختيار بين اثنين، ولأن يفعلوا ذلك فى ظل ظروف ربما تستحث تأكيدًا على الأمانة والاتساق مع الذات. ومع ذلك، ففى ظل ظروف أخرى، ربما يرضى الأفراد بالتوقف عند المشاعر الجيدة المصاحبة

للمردود الإيجابى دون الاستمرار فى تبين ما إذا كانت المعلومـــات متناســـبة مـــع مفهومهم لذاتهم (Sedikides,1993). وفى ظل ظروف أخرى يـــستطيع الأفـــراد استخدام آليات خداع الذات وإعاقة الذات لحماية تقديرهم لذاتهم. وبالفعل تفتـــرض البحوث فروقًا فرديةً فى الحاجة إلى تعزيز الذات وفى أى الظروف تكون الحاجـــة إلى تعزيز الذات أو الحاجة لتحقيقها أكبر من الأخرى. فبالنسبة للفروق الفرديـــة، تفترض البحوث أن الأفراد مرتفعى النرجسية– أى، هؤلاء الذين يكونون مشغولين بأنفسهم وبأهميتهم– يظهرون تحيزًا نحو تقويم أدائهم بطريقة إيجابية تنطوى علـــى تعزيز للذات مقارنة بـــأداء الآخـــرين (John & Robins, 1994; Robins & John, 1994). أما بالنسبة للظروف، فإن يتوفر دليل على أنه، أثنـــاء المواعـــدة، يهتم الأفراد بتعزيز الذات– أى يهتمون بأن يتم تقويمهم بـــشكل مـــستحب خـــلال مواعدتهم للجنس الآخر– بينما فى الزواج أو فى العلاقات الملتزمة فإنهم يهتمـــون بتحقيق ذاتهم، أى بأن يراهم شركاؤهم كما يرون أنفسهم: " يبدو أن الزواج يـــؤدى لنقلة من الرغبة فى تقويمات إيجابية إلى الرغبة فـــى تقويمـــات تحقـــق الـــذات " (Swann, De La Ronde, & Hixon, 1994, p. 857).

باختصار، لدينا برهان على أهمية كلتا العمليتين الدافعتين المصاحبتين للذات– الحاجة إلى للاتساق مع الذات والحاجة لتعزيز الذات. وهناك دليـــل مهـــم لـــدعم الدافعين كليهما، يبرر الانتباه إلى أهمية الذات بالنسبة للشخصية والدافعية. هنـــاك دليل واضح على قوة الحاجة إلى تحقيق الذات، حتى إذا كانت النتيجة مزيدًا مـــن تحقيق المفهوم السلبى عن الذات. وعلى الرغم من التناقض البادى مع العمل مـــن خلال مبدأ الألم–اللذة، إلا أن الحاجة إلى الاتساق تشهد لفائدة الدقة والقابلية للتنبـــؤ فى أدائنا اليومى الخاص بنا. وفى نفس الوقت، يظل من المطلوب تحديد فى ظـــل أى ظروف ستكون الحاجة المعرفية للاتساق أغلب، وفى أى ظروف أخرى ستغلب الحاجة الوجدانية لتعزيز الذات. يظل من المطلوب تحديد الرابح فى تقاطع النـــار المعرفى– الوجدانى.

مقارنة بين الرؤى المعرفية الاجتماعية والرؤى التحليلية عن الذات

فى مقالة عام ١٩٩٢ فحص ويستين Westen، المتخصص فى أدبيات التحليل النفسى وكذلك فى الأدبيات المعرفية الاجتماعية، الرؤيتين وتساءل: هل نستكيع أن نجمع بين ذواتنا؟ لقد لاحظ ويستين التشابهات الكثيرة بين الرؤيتين، مفترضًا أن هذا التقارب المتنامى يمثل مفاجأة بالنسبة لقارئى إحداهما فقط. وتساءل ويستين بعد ذلك، " فهل نحن، بالتالى، عائلة سعيدة واحدة، حيث يسير علماء النفس المعرفيون والتحليليون بفخر سويًا تحت لواء الذات؟ " (Westen, 1992, P. 4).

من الواضح أن تكاملاً بين الرؤى المعرفية الاجتماعية والرؤى التحليلية ستكون له فوائد كثيرة. فكل منهما له إسهاماته، ولكن لكل منهما أيضًا حدوده. فمثلاً، يرى ويستين أن التصور التحليلى للذات يفتقد إلى الأساس الإمبريقى ويتجاهل الفروق الثقافية. وعلى الرغم من أن النظرية المعرفية الاجتماعية تُعد قوية من هذه المنطلقات خاصة، إلا أنها تفتقد لعمق التحليل النفسى مثل الاهتمام الذى أعطى فى نظرية العلاقة بالموضوع للتفاعلات المعقدة فيما بين العمليات الوجدانية والدافعية. فإذا كانت نقاط الضعف فى إحداهما تمثل نقاط القوة فى الآخرى، فلماذا لا يحدث التكامل؟

لقد تناول سؤال ويستين ممثلون من كل من وجهتى النظر؛ فماذا كان استنتاجهم عما إذا كانت كلتا الذاتين يمكن وضعهما سويًا لتشكيل ذات مُوَحَّدَة؟ لم تكن الإجابة مشجعة تمامًا. مع أن أعضاء كل مجموعة قد تعرفوا على إسهامات المجموعة الأخرى، إلا أنهم قد تعرفوا بالدرجة نفسها على حدودها وعلى الإسهمهات الفريدة لمجموعتهم هم. هكذا كانت الدراما والقوة الملحوظتان فى السياق العيادى كافيتين فى إبهارهما للمحللين النفسيين لجعلهم يحجمون عن التحرك نحو التوجه الذى يؤكده المعرفيون الاجتماعيون. أما انبهار أعضاء المجموعة

٥

الأخيرة بالتطورات المنهجية والمفهومية، فقد جعلهم يحجمون عن التخلي عن حدتهم المنهجية لصالح دراما الذات التي يرصدها الإكلينيكيون.

فما أحجار العثرة الأخرى فى طريق فكرة التكامل، تلك الفكرة التى تبدو الفائدة منها جمة؟ لقد كان نقص الاتصال بين أعضاء الجماعتين حجر عثرة رئيس فى وقت من الأوقات. ومع ذلك، يبدو أنه يوجد الآن أفراد من كل "معسكر" لديهم ألفة واحترام لعمل أعضاء الفرقة الأخرى. يبدو، بالأحرى، أن المشكلة تكمن فى تباين جوهرى فى التكوين المفهومى كما فى التوجهات البحثية. هناك ثلاث قضايا محورية مرتبطة بالتكوين المفومى: ١) أهمية التمثيلات اللاشعورية للذات، ٢) أهمية الخبرات المبكرة فى تكوين تمثيلات الذات، ٣) القوة الوجدانية والدافعية لهذه التمثيلات، خاصةً بالنظر إلى تفاعلاتها الدينامية. يؤكد المحللون النفسيون أهمية التمثيلات اللاواعية للذات، وأهمية الخبرات المبكرة فى تكوينها واستمرار أدائها لوظائفها، والتفاعلات الدينامية بين هذه التمثيلات. فالصراع بين تمثيلات الذات، مثلاً، يُعد مسألة شديدة الأهمية. أما المتخصصون فى المعرفة الاجتماعية فيهتمون أكثر بمخططات الذات الشعورية أو اللاشعورية التى تسيطر عليها العمليات المعرفية الآلية[1]، كذلك يهتمون بتمثيلات الذات الحالية أو الذوات الحالية المصاحبة لذكريات الماضى، وأيضًا بقدرة الأفراد على التمييز بين أعضاء عائلة الذوات. ويقع على حدود هذه الاختلافات الفروق فى مناحى البحث، حيث يؤكد أحدهما العمل العيادى فى حين يؤكد الآخر التجريب. وبالتالى، فعلى الرغم من أن فكرة وضع كثير من الذوات معًا تبدو مفيدة، وعلى الرغم من أننا ربما نقترب من النقطة التى عندها يكون التكامل الحقيقى ممكنًا، إلا أن المنحيين يظلان منفصلين ومتباينين حتى الآن. إنهما، فى أفضل الأحوال، أبناء عمومة من الدرجة الثانية فى عائلة الذوات.

---

(١) Automatic

الفروق الفردية فى الذات وفى عملياتها:

تناولنا فى المناقشة السابقة المبادئ العامة التى تركـز علـى بنـاء الـذات والعمليات المرتبطة بها. وعلى الرغم من أننا كثيرًا مـا رصـدنا الفـروق بـين مجموعات المبحوثين؛ فإن التأكيد العام كان على المبادئ المشتركة. سنتناول فـى هذا الجزء متضمنات الفروق الفردية فى الأوجه المختلفة للذات.

. مفهوم كفاءة الذات لباندورا

كان مفهوم الذات بالفعل مهملاً فى الـسنوات المبكـرة للنظريـة المعرفيـة الاجتماعية، أو كما كان يُطلق عليها آنذاك نظرية التعلم الاجتماعى (Bandura & Walters, 1963)، وهو ما كان يتفق آنذاك بذلك مع التأكيدات السلوكية المبكرة. بعد ذلك، وتأثرًا بالثورة المعرفية، اتخذ مفهوم **كفاءة الذات** وضعًا محوريًا كجـزء من النظرية (Bandura, 1977a). وتتعلق الكفاءة الذاتية بالقدرة التى يدركها الفرد لتعايشه مع مواقف محددة. وهى ترتبط بأحكام الأفراد التى تتعلق بقـدراتهم علـى مواجهة مطالب محددة فى مواقف بعينها. ويجب أن يكـون واضـحًا أن المفهـوم المعرفى الاجتماعى للذات يشير إلى عمليات تُعد جزءًا من الأداء الوظيفى النفـسى للشخص. فليس للشخص بناءٌ يسمى "الذات"، بل بالأحرى تصورات مفهومية عـن الذات(١) وعمليات تحكم ذاتية(٢) ربما تتباين من آن لآخر ومن موقف لآخر. ومن ثم فقد تعرضت المفاهيم السابقة عن الذات للنقد لكونها مفاهيم كلية بدرجة زائدة عـن الحد، ولإهمالها للتباينات الموقفية فى الطرق التى نرى بها أنفسنا. وكمـا لاحظنـا مبكرًا، هناك عدد من الذوات فى الرؤية المعرفية الاجتماعية، عائلة من الـذوات، وفى إطار المعتقدات الخاصة بكفاءة الذات؛ فإن هناك الكثير من هـذه المعتقـدات المتباينة. وعلى الرغم من أن الأفراد يختلفون فى معتقداتهم عن كفاءتهم الذاتية، إلا

---

(١) Self- Conceptions

(٢) Self Control Processes

أنه بسبب الخصوصية الموقفية لهذه المعتقدات، فإننا لا نستطيع تناول الكفاءة الذاتية بوصفها سمة شخصية. أما فى إطار محاولة فهم الشخص وسلوكه اليومى؛ فإن معتقدات الكفاءة الذاتية التى تصاحب مهام ومواقف محددة تُعَدُّ أكثر جوهرية من أى إحساس عام بالكفاءة الذاتية أو تقدير الذات. ومن ثم، فمعتقدات الكفاءة الذاتية فى المجال الأكاديمى على سبيل المثال ربما لا تتعالق مع معتقدات الكفاءة الذاتية فى المجالات الاجتماعية والرياضية.

ووفقًا لباندورا، فإن هناك أربعة محددات لمعتقداتنا عن كفاءة ذواتنا: إنجازات الأداء الفعلى[1]، والخبرة بالمشاهدة، والاقتناع اللفظى[2] والاستثارة الانفعالية[3] (Bandura, 1997, 1999). وتعد *إنجازات الأداء الفعلى* أكثر المصادر أهمية للمعلومات الخاصة بالكفاءة الذاتية، حيث يكتسب الأفراد من خلال الخبرة معرفتهم عما يجيدون وعما يمثل نقاط ضعف بالنسة لهم، عن كفاءتهم وعن حدودهم. أما *الخبرة بالمشاهدة؛* فتجعلنا قادرين على ملاحظة نجاحات وإخفاقات الآخرين، وتقويم أنفسنا بناءً عليهم، وتكوين معتقداتنا عن كفاءة ذواتنا وفقًا لذلك. وهكذا، فمن خلال عملية تُسمى التعلم بالملاحظة (انظر الفصل الثالث)؛ فإننا نتعلم أشياء عن العالم وعن أنفسنا من خلال ملاحظة الآخرين. نحن لسنا بحاجة لأن نعايش كل شيء مباشرةً لكى نتعلمه. أما من خلال *الاقتناع اللفظى* فإننا نتأثر بالاتجاهات والمعتقدات التى تصلنا من الآخرين والتى تتعلق بما نستطيع فعله. فالثقة فينا التى تصلنا من الوالدين أو الشركاء أو الأصدقاء يمكن أن تصنع فرقًا كبيرًا فى معتقداتنا عن كفاءتنا الذاتية مقارنةً بالتعبير عن الشك ونقص الثقة. وعلى جانب آخر، فإن مثل هذه التعبيرات عن الثقة يجب أن يتبعها إنجاز فعلى يؤكدها لكى تصبح ذات معنى يساهم فى إحساسنا بالكفاءة الذاتية. وأخيرًا، من خلال وعينا

Actual Performance Accomplishments (١)
Verbal Persuasion (٢)
Emotional Arousal (٣)

باستثارتنا الانفعالية فإننا نتلقى معلومات تتعلق بكفاءتنا الذاتية فى موقف ما- على سبيل المثال: الإحساس بالتهديد، وزيادة ضربات القلب المصاحبة لفشل محتمل مقابل الانتعاش(١) المصاحب لنجاح متوقع.

وكما أشرنا، ترتبط معتقدات الكفاءة الذاتية بالمواقف والمهام. فهى تؤثر على أحكام الفرد الخاصة باحتمال النجاح فى المواقف، دون إنكار أن النجاح يمكن أن يتأثر بعوامل خارجة عن سيطرة الفرد. قد تكون معتقدات الكفاءة الذاتية قوية أو ضعيفة، وهى قد تقاوم التغيير بشدة، أو قد تتأرجح بما يشبه اليويو من طرف لآخر. وهكذا، فبينما يحتفظ بعض الأفراد بإحساسهم بالكفاءة الذاتية برغم الإحباط وخيبة الأمل المستمرة؛ يتأثر إحساس آخرون بالكفاءة الذاتية دومًا بكل حدث ينطوى على نجاح أو على فشل. بالإضافة إلى ذلك نجد أن معتقدات الكفاءة الذاتية ربما تكون واقعية نسبيًا أو غير واقعية. وفى هذا الإطار الأخير، فإننا ربما نعرف من الأفراد من يتميزون بكفاءة غير منكورة، ولكنهم يترددون فى تصديق حجم ما أنجزوا، كما يمكن أن نقابل أفرادًا يشعرون بالعظمة والكبر يعتقدون أنهم يستطيعون إنجاز ما يتخطى قدرتهم الفعلية على الإنجاز بأشواط.

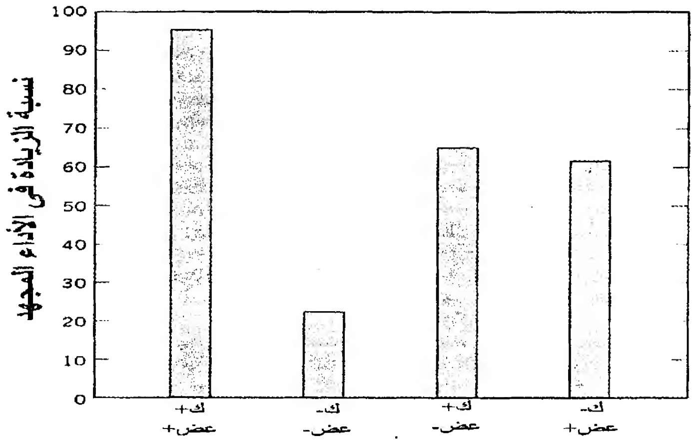
ترجع أهمية معتقدات الكفاءة الذاتية لكونها تؤثر على اختياراتنا لأى النشاطات نشترك فيها، وكم من جهد نبذله فى موقف ما، وكم من وقت نستغرقه فى أداء مهمة، وكذلك استجاباتنا الانفعالية أثناء توقعنا لموقف ما أو استغراقنا فيه. من الواضح أننا نفكر ونشعر ونتصرف بشكل مختلف فى المواقف التى نشعر فيها بالثقة فى قدرتنا، عن المواقف التى لا نشعر فيها بالأمان أو بالكفاءة. وبالتالى فإن الأفراد سيختلفون فى أفكارهم ودافعيتهم وانفعالاتهم وأدائهم فى المواقف وفقًا للفروق بينهم فى معتقدات الكفاءة الذاتية. وفى بحث متعالق مع هذه المسألة درس باندورا وسيرفون (Bandura & Cervone, 1983) تأثيرات الأهداف ومعتقدات

Exhilaration (١)

الكفاءة الذاتية على الدافعية والمثابرة[١] فى أداء إحدى المهام. فى هذا البحث قام المبحوثون بأداء نشاط مجهد فى ظل وجود أو غياب هدف من النشاط، وكذلك فى ظل وجود أو غياب مردود[٢] يمكنه أن يؤثر على معتقداتهم عن كفاءتهم الذاتية. وبعد مضى فترة بذلوا فيها بعضًا من النشاط المبدئى، وضع المبحوثون تقديرًا عن درجة رضاهم أو عدم رضاهم إذا أدوا نفس المستوى من الأداء فى جلسة، وكذلك قدروا ما أدركوه عن مستوى كفاءتهم الذاتية بالنسبة لمستويات الأداء المختلفة الممكنة. وبعد ذلك تم قياس أدائهم فى الجلسة التالية. وقد وجد أن الجهد التالى كان فى أشد مستوياته عندما كان المبحوثون راضين عن أدائهم الذى كان دون المستوى، وعندما كانت أحكامهم عن كفاءتهم الذاتية مرتفعة، (شكل [٨-٢]): بعبارة أخرى، من الواضح أن معتقدات الكفاءة الذاتية تلعب دورًا فى المثابرة على أداء المهمة (Bandura, 1989). كما أن زيادة معتقدات الكفاءة الذاتية وتقويتها يُعد جزءًا مهمًا أيضًا فى الجهود العلاجية المبذولة لجعل المرضى يواجهون المواقف المخيفة لهم، ويتجنبون الانتكاسة بعد جهود التغلب على أنماط سلوك الأكل والشرب والتدخين القهرية (Bandura, 1986).

وواحدة من أكثر الجهود البحثية الباهرة مؤخرًا كانت ربط معتقدات الكفاءة الذاتية بالصحة (O, Leary, 1985, 1992). ومحور هذا البحث هو علاقة الكفاءة الذاتية المدركة بأداء جهاز المناعة (محارب المرض). فتتوفر دلائل على أن المشقة الشديدة يمكن أن تؤدى إلى خلل جهاز المناعة، فى حين أن تحسن القدرة على مواجهة المشقة يمكن أن يزيد من كفاءته (O Leary, 1990). وفى تجربة مصممة لفحص أثر الكفاءة الذاتية المدركة للتحكم فى الضغوط على جهاز المناعة، وجد باندورا وزملاؤه أن الكفاءة الذاتية المدركة قد زادت فى الواقع من الأداء الوظيفى لجهاز المناعة (Wiedenfeld, et al., 1990).

Persistence (١)
Feedback (٢)



[ك+: ارتفاع فى الكفاءة الذاتية، ك-: انخفاض فى الكفاءة الذاتية،
عض+: ارتفاع فى عدم الرضا عن الذات، عض-: انخفاض فى عدم الرضا عن الذات]

شكل [٨-٢] متوسط نسبة التغيرات فى مستوى الدافعية فى ظل ظروف تجميع الأهداف ومردود الأداء كدالة لمختلف تجميعات مستويات عدم الرضا عن الذات والكفاءة الذاتية المدركة فى إحراز الأهداف. يصور الشكل البيانى أهمية كل من عدم الرضا عن الذات مع أداء دون المعيار وارتفاع الكفاءة الذاتية المدركة بالنسبة للدافعية. فقد أظهر المبحوثون المرتفعون فى كل من عدم الرضا عن الذات والكفاءة الذاتية المدركة أعلى مستويات الأداء، فى حين أظهر المبحوثون المنخفضون فى كليهما أقل مستوى أداء.

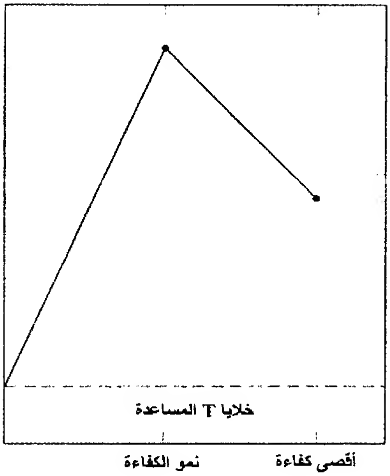
المصدر:

From "Self-Evaluation and Self-Efficacy Mechanisms Governing the Motivational Effect of Goal System" by A. Bandura and D. Cervone, 1983, Journal of personality and social psychology, 45, *p1024. Copyright 1983by the American psychological Association. Reprinted by permission.*

وفى هذا البحث، تم اختبار مبحوثين من المصابين بالرهاب[1] (خوف بالغ) الثعابين، تحت ثلاثة ظروف: مرحلة خط الأساس الضابط، حيث لا يتعرض المبحوثون فيها للمثير المخيف (ثعبان) ومرحلة اكتساب كفاءة ذاتية مدركة، ويتم خلالها مساعدة المبحوثين على اكتساب إحساس بدرجة من كفاءة التعايش، ومرحلة لأعلى كفاءة ذاتية مدركة بمجرد ما يطور المبحوثون الإحساس بكفاءة تعايش تامة. وفى كلٍّ من هذه المراحل تم سحب كمية قليلة من دم المبحوثين وتحليلها للكشف عن وجود الخلايا المعروف أنها تساعد على تنظيم جهاز المناعة. فمثلاً تم قياس مستوى خلايا (T) المساعدة، المعروف أنها تلعب دورًا فى تدمير الخلايا السرطانية والفيروسات. وقد أشارت هذه التحليلات إلى أن الزيادة فى معتقدات الكفاءة الذاتية كانت مصاحبة للارتفاع فى أداء جهاز المناعة، كما استُدِل عليه من زيادة مستوى خلايا (T) (شكل ٨-٣). وهكذا، فعلى الرغم من أن تأثيرات المشقة يمكن أن تكون سلبية إلا أن نمو الكفاءة المدركة فى مواجهة الضغوط يمكن أن تكون لها خصائص تكيفية قيمة على مستوى أداء جهاز المناعة.

ولتلخيص البحث فى معتقدات الكفاءة الذاتية، فإن من الواضح أن مثل هذه المعتقدات تلعب دورًا مهمًا فى حياتنا الدافعية والانفعالية، مع متضمنات مهمة لأدائنا وصحتنا. وما هو مهم تعرُّفه أيضًا هو التأكيد المعرفى الاجتماعى لمعتقدات الكفاءة الذاتية النوعية كمقابل للمعتقدات المعممة[2] ذات الطبيعة المشابهة للسمة. ومن ثم لم يتجه باندورا أبدًا نحو تطوير استبيان لقياس الكفاءة الذاتية. فمع أنه يقبل قيمة التقرير الذاتى[3] كمقياس للكفاءة الذاتية، إلا أن الجهد البحثى يتركز على المواقف التجريبية التى تتوفر فيها بالفعل فروق فردية فى معتقدات الكفاءة الذاتية المتعالقة، أو قد يقوم المجرب بمعالجتها بحسب طبيعة التجربة.

Phobia (١)
Generalized Beliefs (٢)
Self- Report (٣)



شكل[٨-٣] التغيرات فى خلايا (T) المساعدة أثناء التعرض لموقف الخوف أثناء اكتساب كفاءة تعايش مدركة وبعد تطورها لأعلى مستوى. وتشير النتائج إلى أن الكفاءة الذاتية المدركة أثناء فترات المشقة كانت مصاحبة لتحسن الأداء الوظيفى لجهاز المناعة (متمثلة فى زيادة خلايا (T) المساعدة).

المصدر: *From "Impact of Perceived Self-Efficacy in Coping with Stressors in Components of the Immune System" by S. A Wiedenfeled et al. ,1990,* Journal of Personality and Social Psychology, 59, *p. 1689. Copyright 1990 by the American Psychological Association. Adapted by permission.*

نظرية التحكم لكارفر وشاير، والوعى بالذات الخاصة[١] مقابل الذات العلنية[٢]

طور كارفر وشاير (Carver and Scheier, 1981, 1990, 2000) نموذجًا للأداء الإنسانى (نموذج تحكم)[٣] يستخدم مبادئ أنساق التحكم[٤]، ويشدد

---

(١) Private Self-Consciousness
(٢) Public Self-Consciousness
(٣) Control Model
(٤) Control Systems Model

على الفروق الفردية. وذلك فيما يخص الدرجة التى ينتبه بها الأفراد للأوجه الخاصة للذات فى مقابل جوانبها العلنية. ويمكن فهم أساسيات نموذج أنساق التحكم لتنظيم الذات[1] الخاص بكارفر وشاير، من خلال التفكير فى ترموستات الحجرة، وهو الجهاز المتحكم آليًا فى تنظيم حرارة الحجرة، حيث يضبط الترموستات عند درجة حرارة مرغوبة للحجرة، بحيث يمكن اعتبارها نقطة الارتكاز أو المعيار. ويتم تقويم حرارة الغرفة بعد ذلك وإذا كانت أقل من المستوى المرغوب، يتم تشغيل المدفأة أما إذا كانت الحرارة أعلى من المعيار يتم تشغيل مبرد الهواء. ويعمل الترموستات بطريقة مستمرة لتنظيم الحرارة، محافظًا عليها فى المستوى أو المعيار الذى وضعه الشخص.

وبطريقة مشابهة، يفترض كارفر وشاير أنه يمكننا تناول الطرق التى من خلالها يضع الأفراد المعايير، ثم يختبرون إلى أى مدى يقابلون المعايير الموضوعة. فإذا كان المعيار يُدرك على أنه عالٍ عن الحد، فإن الشخصية ستكون فى وضع حركة لتقليل التباين بين المستوى المعيارى والمستوى المدرك. فمثلاً، إذا لم نؤد طبقًا للمعيار الذى وضعناه لأنفسنا، فإن الدافعية والجهد ستُحرَّكان لخفض حجم التباين. وهذه عملية مستمرة، تماما مثلما يعمل ترموستات الحجرة. بالإضافة إلى ذلك فإنه ربما يكون لكل فرد كثير من مثل هذه المعايير ومستويات التحكم، وهذه تترتب بشكل هرمى، حيث إن بعض المعايير ومستويات التحكم تعلو بعضها الآخر أو تفوقه أهمية وتأثيرًا.

ويمكن أن تدخل الفروق الفردية داخل النسق بعدة طرق. فقد يتباين الأفراد فى مستويات وأنواع التحكم المتضمنة فى نسق تنظيم الذات الخاص بهم. ومتغير الفروق الفردية الذى يشدد عليه كارفر وشاير هو تركيز انتباه الذات على الخاص فى مقابل العام. ففى مرحلة مبكرة من هذا البحث، سابقة على تطوير نموذج التحكم، تم تطوير

---

(١) Self-Regulation

مقياس لقياس الفروق الفردية فى الوعى الخاص والعلنى– مقياس الـوعى بالـذات[1] (Fenigstien, Scheier & Buss, 1975). يتكون هذا المقياس من عـشرة بنـود تقيس *الوعى بالذات الخاصة* وسبعة بنود تقيس *الوعى بالذات العلنية*، وسـتة بنـود تقيس *القلق الاجتماعى*. ويعرض الجدول [٨-٢] بنودًا توضيحية من هذا المقياس.

جدول [٨-٢]

بنود توضيحية فى مقياس الوعى بالذات

الوعى بالذات الخاصة	**القلق الاجتماعى**
١- أحاول دائمًا فهم نفسى.	١- أستغرق وقتًا كبيرًا لتجاوز خجلى فى المواقف الجديدة.
٢- أتامل فى نفسى كثيرًا.	٢- أرتبك بسهولة شديدة.
٣- أنا بشكل عام مهتم بمـشاعرى الداخلية.	٣- الجماعات الكبيرة تجعلنى عصبيًا.
٤- أختبر دوافعى بشكل مستمر.	
الوعى بالذات العلنية	
١- أنا مهتم عادة بترك انطباع جيد.	
٢- أنا مهتم بما يعتقده الآخرين عنى.	
٣- أنا واع ذاتيًا بالطريقة التى أبـدو عليها.	

المصدر:

Source: "Public and Private Self–Cousciousness: Assessment and Theory" by A. Fenigstein, M. F. Scheier, and A. H. Buss, 1975, *Journal of Consulting & Clinical Psychology 43,* p 524.

وكما تفترض البنود، ينظر الأفراد المرتفعون فى **الـوعى بالـذات الخاصـة** داخل أنفسهم ويهتمون بمشاعرهم ورغباتهم ومعاييرهم. أما الأفراد المرتفعون فـى

---

(١) Self-Consciousness Scale

الوعى بالذات العلنية فيهتمون أكثر بما يعتقده الآخرون عنهم، وللذات التى يقدمونها للآخرين، وللمعايير الخارجية. أما الأفراد المرتفعون فى القلق الاجتماعى فيميلون للارتباك والقلق بسهولة فى المواقف الاجتماعية.

فما تضمينات زيادة الاهتمام بالذات الخاصة عن الذات العلنية؟ يميل الأفراد المرتفعون فى الوعى بالذات الخاصة إلى الشدة فى المشاعر، وهم أكثر وضوحًا فى مشاعرهم من الأفراد المنخفضين فى الوعى بالذات العلنية. كما أنهم يميلون للاتفاق بين تقاريرهم الذاتية عن سلوكهم وسلوكهم الفعلى، كما أن لديهم مفاهيم أكثر ارتقاء عن ذواتهم من الأفراد المنخفضين فى الوعى بالذات الخاصة (A. H. Buss, 1980; Nasby, 1985). بينما يميل الأفراد المرتفعون فى الوعى بالذات العلنية إلى الحساسية وسرعة الاستجابة لهاديات الآخرين. فإذا رُفضوا من قبل الآخرين فمن المحتمل أن يشعروا بالأذى وأن يغيروا رؤاهم المعلنة لتتفق مع المعيار العام المُدرك. ويرجح أن يكون الأفراد المنخفضين فى هذه السمة أقل تأثرًا بردود فعل الآخرين وأقل تغييرًا لرؤاهم المعلنة لتتفق مع المعيار الخارجى.

وبالطبع، يمكن للمناسبات أن تجعل أيًا منا يحول انتباهه تجاه ذاتنا الخاصة أو العلنية. فكونى وحيدًا، مثلاً، يمكن أن يحولنى تجاه الاستبطان وذاتى الخاصة. كما أن الحديث أمام جمهور أو الوقوف أمام كاميرا تصوير يوجه انتباهنا ناحية ذواتنا العلنية. وعلى الرغم من ذلك، يفترض كارفر وشاير أن الأفراد يختلفون فى مدى حساسيتهم لهذه المثيرات، فالأفراد المرتفعون فى الوعى بالذات الخاصة يكونون أكثر حساسية للذات الخاصة، بينما يكون الأفراد المرتفعون فى الوعى بالذات العلنية أكثر حساسية للذات العلنية. وهكذا، توجد الفروق الفردية فى التركيز العادى للانتباه، وفى الحساسية للمثيرات التى تؤدى إلى وجهة أو أخرى من تركيز الانتباه. وفى الحالين يُدفع الأفرادُ لملاحظة سلوكهم بالنسبة إلى معيار. ومع ذلك، فإن بؤرة الانتباه للأوجه الخاصة للذات، كمقابل للأوجه العلنية، تختلف فى الحالتين.

نظرية موَجِّهات الذات[1] لهِجِن

لقد طور إ. تورى هِجِن E. Tory Higgins نظرية عن موَجِّهات الذات تُعد النموذج الأقرب من أى نموذج آخر لتكامل الرؤى المعرفيـــة الاجتماعيـــة، ورؤى العلاقـــة بالموضـــوع عـــن الـــذات (Higgins, 1987, 1989, 1997, 2000; Strauman & Higgins, 1993). ووفقًا لهِجِن، تمثل **موَجِّهات الـــذات** معـــايير للأفراد ليحققوها. وهى، مثل أى مخطط آخر للذات، بناءات معرفية تـــؤثر علـــى الطريقة التى تعالج بها المعلومات. ويُعد المفهوم مشابهًا لمفهوم *الـــذوات الممكنـــة* الذى تناولناه فيما سبق من هذا الفصل. ولأن موجهات الذات تستخدم كثيرًا؛ فإنهـــا تأخذ شكل التكوينات متكررة الاستخدام[2]- وهى المخطَطات الجاهزة التـــى يـــتم تنشيطها بأقل معلومات (الفصل السابع). وهى بـــذلك ربمـــا تكـــون أيـــضًا آليـــة ولاشعورية؛ بمعنى أن الأفراد ربما يستخدمونها بشكل آلـــى وهـــم غيـــر واعـــين بالمخطط الذى يستخدمونه.

فى ضوء هذا النقاش، سيبدو مفهوم موَجّهات الذات لهِجِن بوضوح جزءًا من الرؤية المعرفية الاجتماعية التقليدية. فهناك تأكيد خاص على المعايير الذاتية[3]، إلا أن من الواضح أنه تأكيد معرفى اجتماعى. إلا أن هِجِن يشدد أيضًا على المكـــون - القوى- الارتقائى والوجدانى- الدافعى لنظريته. فمن منظور ارتقـــائى، يقتـــرح هِجِن أن موجهات الذات تنتج عن خبرات التعلم الاجتماعى المبكرة، التى تصاحب المترتبات الانفعالية الناتجة عن النجاح فى التوافق مع المعايير أو عن الفشل فـــى ذلك. وهناك نوعان من موجهات الذات لهما أهمية خاصة فى هذا السياق- *الـــذات المثالية*[4] و*الذات الواجبة*[5]. تمثل **الذات المثالية** الخصائص التـــى نـــود امتلاكهـــا

---

(1) Self-Guides
(2) Chronically Accessible Construct
(3) Self-Standards
(4) Ideal-Self
(5) Ought-Self

مثاليًا، أى الخصائص التى يتوقعها الآخرون المهمّون منا والتى نتوقعها من أنفسنا. وتمثل **الذات الواجبة** الخصال التى نشعر بأن علينا أن نتحلى بها، أى الواجبات[١] والمسئوليات[٢] والالتزامات[٣] التى يلزمنا الآخرون بها والتى نلتزم بها أنفسنا. وترتبط الذات المثالية بالنتائج الإيجابية وتشتق من الوجدان الإيجابى المصاحب لتحقيق المعايير التى وضعها المهمُّون فى البيئة المبكرة للفرد. وترتبط الذات الواجبة بالنتائج السلبية وتشتق من الوجدان السلبى المصاحب لعدم إنجاز الواجبات والمسئوليات التى وضعها المهمُّون فى البيئة المبكرة للفرد.

ووفقًا لنظرية تباين الذات لهِجن، فإننا مدفوعون لخفض التباين بين كيف نرى أنفسنا بالفعل وبين ما نود أن نكون بشكل مثالى (تباينات الذات الفعلية –الذات المثالية) وبين كيف نرى أنفسنا بالفعل وكيف يجب أن نكون (تباينات الذات الفعلية – الذات الواجبة). والسبب فى ذلك هو أننا فى تفاعلاتنا المبكرة نشعر بوجدان إيجابى مع تحقيق هذه المعايير المثالية والواجبة ووجدان سلبى مع عدم تحقيقها.

وفى بحثه عن موجهات الذات، يستخدم هِجن "استبيان الذوات[٤]". حيث يطلب من المبحوثين وضع قائمة من السمات والخصال التى تصف كل حالة من بين عدد من حالات الذات[٥] مثل الذات الفعلية، والذات المثالية، والذات الواجبة. ويقدر المبحوثون أيضًا الحد الأقصى الذى تنطبق عنده كل خاصية على حالة معينة من حالات الذات. ومن المهم ملاحظة أن المبحوثين يبتكرون هذه الخصائص بدلاً من استخراجها من بعض القوائم. ويتم ذلك لضمان اختيار هذه الخصائص الذى تُعد مهمةً ومتاحةً بالنسبة لمبحوث معين. ويتم حساب التباينات بين حالات الذات بعد ذلك فى ضوء الفروق بين الخصائص المصاحبة للذات والخصائص المصاحبة

---

(١) Duties

(٢) Responsibilities

(٣) Obligations

(٤) Selves Questionnaire

(٥) Self –States

لموجهات الذات– (AI)[1] أى الفرق بين الفعلية–المثالية، والتباين بين الفعلية والواجبة[2] (AO). فمثلاً ربما يضع المبحوث "ذكى" فى قائمة الذات المثالية، "وغبى" فى قائمة الذات الواقعية، بما يؤدى إلى التزاوج غير الملائم أو المتباين فى هذه الخاصية.

ويشير البحث إلى أن لهذه التباينات متضمنات انفعالية مهمة ومختلفة. حيث تكون التباينات بين الذات الفعلية والمثالية (AI) مصاحبة للحزن وخيبة الأمل وعدم الرضا، بينما يصاحب التباينات بين الذات الفعلية والواجبة (AO) قلق وانزعاج وقلقلة[3]. وفى الحالة الأولى (التباين بين الذات الفعلية والمثالية)، يكون الفرد عرضة للحزن بسبب افتقاد النتائج الإيجابية، حيث لم تتحقق الآمال أو الأمنيات أو المثاليات. أما فى الحالة الثانية فيكون الشخص عرضة للقلق بسبب التهديد بالعقاب بسبب الفشل فى تحقيق الالتزامات. وعلى الرغم من أن كليهما نتائج سلبية، إلا أن الطبيعة الخاصة للنتيجة، فى ظل تباين موجه الذات، هى ما يحدد الطبيعة النوعية للعاقبة الانفعالية. وهناك نتيجة أوحت بها العلاقة بين الكفاءة الذاتية المنخفضة والأداء الفقير لجهاز المناعة، حيث وجدت علاقة بين تنشيط تباينات الذات الفعلية والمثالية، وكذلك تباينات الذات الفعلية والواجبة من ناحية؛ والأداء الفقير لجهاز المناعة من ناحية أخرى. وعلى عكس ذلك، يُفترض أن للتقديرات الإيجابية للذات، أو للاعتبارات المتناغمة تأثيرات ملطفة لآثار المشقة، ومن ثم محسنة للمناعة (Strauman, Lemieux & Coe, 1993).

ثمة وجه آخر لهذا المسار البحثى، وهو استخدام ما يسمى *إجراءات الشحذ*[4] لتنشيط موجهات–ذات معينة أو لتنشيط تباينات بين الذات الفعلية وموجهات الذات. وفى واحدة من الدراسات التوضيحية، أجاب المبحوثون على استبيان الذوات. وعلى أساس هذه البيانات، تشكلت مجموعتان من المبحوثين – إحداهما مرتفعة

---

(١) Actual-Ideal

(٢) Atual-Ought

(٣) Agitation

(٤) Priming Procedures

أساس هذه البيانات، تشكلت مجموعتان من المبحوثين – إحداهما مرتفعة على درجة التباين بين الذات الفعلية وكل من الذات المثالية والواجبة، والأخرى منخفضة فى هذه الدرجات. وقد طلب من المبحوثين فى كلا المجموعتين ملء استبيان عن المزاج يتضمن انفعالات هموم (مثل، حزين، محبط) وانفعالات قلقلة (مثل، متوتر، وعصبى). ويحدد المبحوثون إلى أى مدى يشعرون بكل انفعال من انفعالات الاستبيان. ثم تم تحديد نصف الأعضاء من كل جماعة ليتم شحذهم بظرف شاحذ *مثالى*، والنصف الآخر ليتم شحذهم بظرف شاحذ *واجب*. وفى الظرف الشاحذ المثالى، طُلب من المبحوثين وصف الخصائص التى تمنوا هم ووالداهم أن يتسموا بها، والتغيرات التى حدثت عبر السنوات فى هذه الأمنيات والأهداف. وفى الظرف الشاحذ الواجب، طُلب من المبحوثين وصف الخصائص التى اعتقدوا هم ووالدوهم أنه من الواجب عليهم والملزم لهم أن يتسموا بها، والتغيرات التى حدثت عبر الزمن فى هذه المعتقدات. وقد اُستخدمت هذه الظروف الشاحذة لتوضيح موجهات الذات المثالية والواجبة أو لإحضارها فى بؤرة الانتباه، وبالتالى الانتباه للتباينات بين رؤيتهم للذات الفعلية وموجهات الذات. وبعد ذلك ملأ المبحوثون استبيان المزاج مرة أخرى.

فهل سيؤدى الشحذ إلى تغير فى المزاج؟ وهل ستختلف التغيرات بالنسبة للمبحوثين فى المجموعتين؟ كان التوقع أن المبحوثين المرتفعين فى كلا النوعين من تباينات الذات سوف يشعرون بزيادة فى المزاج السلبى نتيجة للشحذ، فى حين أن الحالة لن تكون هكذا بالنسبة للمبحوثين المنخفضين فى التباينات. بل إن مثل هؤلاء المبحوثين ربما يشعرون بتحسن نتيجة للتركيز على الأهداف التى حققوها. كذلك كان هناك تنبؤ أكثر تحديدًا وهو أن الأثر سيختص بالتباين الذى تم شحذه بإجراءات الشحذ: فتزداد الهموم مع شحذ الموجهات المثالية، وتزداد القلقلة مع شحذ موجهات الواجب. وبالفعل، اتفاقًا مع التوقعات، زاد الشحذ المثالى من الهموم عند الأفراد ذوى التباينات المرتفعة، ولم يفعل عند ذوى التباينات المنخفضة، كما زاد شحذ

جدول (٨-٣)

متوسط التغير فى انفعالات الغم[١] وانفعالات التهيج[٢] كدالة لمستوى تباينات الذات ونوع الشحذ[٣].

تشير النتائج إلى أن الأولية المثالية قد زادت من الهم بين المبحوثين المرتفعين فى التباينات دون المبحوثين المنخفضين فى التباين. بينما زادت الأولية الواجبة من القلقلة بين المبحوثين المرتفعين فى التباين دون المنخفضين فيه.

مستوى التباينات فى الذات	شحذ مثالى		شحذ واجب	
	انفعالات غم	انفعالات تهيج	انفعالات غم	انفعالات تهيج
تباينات مرتفعة بين الذات الفعلية وكل من الذات المثالية والواجبة	٣,٢	-٠,٨	٠,٩	٥,١
تباينات منخفضة بين الذات الفعلية وكل من الذات المثالية والواجبة	-١,٢	٩,٠	٠,٣	-٢,٦

لاحظ: أن كل ٨ انفعالات همٍّ و ٨ انفعالات قلقلة تم قياسها على مقياس من ٦ نقاط تتراوح من *لا على الإطلاق* إلى *بدرجة كبيرة*. فكلما زاد الرقم (الإيجابى) قلّت الراحة.

المصدر:

"Self-Dicrepancy: A Theory Relating Self and Affect" by E. T. Higgins, 1987, *Psychological Review, 94*, p. 329. Copyright 1987 by the American psychologicl Association. Reprinted by premision.

Dejection (١)
Agitation (٢)
Primins (٣)

الواجب من القلقلة عند ذوى التباينات المرتفعة ولم يفعل مع أصحاب التباينات المنخفضة (Higgins, Bond, Klein & Strauman, 1986). ويشار إلى هذه النتائج فى جدول [٨-٣] وتوضح كيف أن أمزجة الهمِّ والقلق يمكن أن تتأثر بالسياقات اللحظية، إذا كان لدى الشخص موجه تباين ذاتى متعالق. هكذا يفترض أن الأفراد ذوى التباينات بين ذواتهم وموجهات ذواتهم يشعرون بأمزجة سلبية، سواء بسبب تأملاتهم الداخلية الخاصة، أو بسبب أحداث موقفية معينة تجعل هذه التباينات أقرب لمتناول الانتباه.

وعلى الرغم من أن كل الأطفال يتعلمون موجهات الذات المثالية والواجبة، فقد وجد أن الخصائص المحددة للموجهات وقوتها الانفعالية، وكذلك حجم التباينات بين الذات الفعلية وكل من الذات المثالية والواجبة تختلف من شخص إلى آخر. لقد وجد أن الأطفال الأوائل فى ترتيب الولادة فى الأسر، وبسبب توجههم المتميز تجاه المعايير الوالدية، يكونون أكثر اهتمامًا بمعايير الآخرين، كما أن تباينات ذواتهم الفعلية عن كل من الذات المثالية والواجبة ترتبط بكرب انفعالى أكبر من ذلك الذى نجده لدى الأطفال المولودين متأخرًا فى ترتيب الإخوة (Newman, Higgins & Vookler, 1992).

وقد حاولت دراسة حديثة ربط موجهات الذات بذكريات الطفولة والاستهداف للكرب الانفعالى[١] (Strauman, 1992a, 1992b). فمثلاً، هل ترتبط التباينات الخاصة بموجهات الذات بأنواع معينة من ذكريات السير الذاتية[٢]؟ اتفاقًا مع ما تتنبأ به النظرية، أن الأفراد ذوى التباين بين الذات الفعلية والمثالية يسترجعون *ذكريات الطفولة* التى تضم محتويات نَكِدة[٣] فى حين أن الأفراد ذوى التباين بين الذات الفعلية والواجبة يسترجعون ذكريات تضم محتويات قلقة[٤]. مرة أخرى، فى

---

(١) Vulnerability To Emotional Distress

(٢) Autobiographical Memories

(٣) Dysphoric

(٤) Anxious

حين أن النوعين كليهما من التباينات تصاحبها ما ذكريات طفولة تنطوى على وجدان سلبى، إلا أن الطبيعة النوعية للوجدان تختلف بين أعضاء كل من المجموعتين. وفى جانب آخر من هذا البحث تم تتبع مبحوثين عبر فترة ثلاث سنوات. وقد وجد دليل على استقرار الخصائص التى عزاها الأفراد لذواتهم، وكذلك على استقرار حجم التباينات بين موجهات الذات والذات.

وامتد كارفر وشاير (Carver & Scheier, 1998) بنموذجهم فى التحكم إلى مجال الانفعال، مفترضين أن الانفعالات التى نخبرها تكون مصاحبة لمدى قربنا لكل من النهايات *الإيجابية والسلبية*. مثل هذه النهايات الإيجابية والسلبية يمكن أن تكون مصاحبة لمختلف مفاهيم الذات. وبهذه الطريقة، فإن نموذجهما يشبه نظرية التباين الذاتى لهجن. ففى بحث متعلق بذلك، اختبر الباحثان أهمية مفهوم *الذات المرهوبة*(١)– هذا النمط من الأشخاص الذى يخشى المرء أو يرهب من أن يكونه (Carver, Lawrence & Sheier, 1999). وتُعد الذات المرهوبة نوعًا آخر من موجهات الذات أو الذوات الممكنة. وهى تمثل ذاتًا ممكنة فى المستقبل يتمنى المرء ألا يكونها أبدًا (Ogilvie, 1987). وقد وجد أن التباينات عن الذات الخائفة مهمة بشكل خاص فى علاقتها بانفعالات القلق والشعور بالذنب – كلما رأينا الذات قريبة من الذات المرهوبة تعاظمت مشاعر القلق والذنب. وقد تضمن هذا البحث أيضًا تعاملاً مع تباينات الذات عن الذات الواجبة والمثالية. وقد أيد البحث بشكل عام نتائج هِجِن إلا أنه افترض أيضًا أن الانفعال المَعيش يعكس التفاعلات المتبادلة بين التباينات عن مختلف الذوات الممكنة.

تفترض الدلائل المتاحة حتى الآن صورة عن موجهات الذات بوصفها أبنية معرفية مهمة تؤثر على معالجتنا للمعلومات وعلى أدائنا الانفعالى والدافعى. ويعتمد تكبير هذا التأثير على عوامل مثل أهمية موجه الذات المتعلق بها وحجم التباين بينه

---

(١) Feard-Self

وبين الذات (Boldero & Francis, 2000; Higgins, 1999). ويُعد المكــون المعرفى الاجتماعى واضحًا فى التأكيد على النظر للذات وموجهات الذات بوصفها أبنية معرفية. ومع ذلك، يمكننا أيضًا رؤية مكون نظرية العلاقة بالموضوع فى ظل التأكيد على الخبرات الوجدانية المبكرة والوجدان القوى المصاحب لتمثيلات الذات وموجهات الذات التى ترتقى أثناء السنوات المبكرة. كما أن تأكيــد الاضــطرابات السيكولوجية المترتبة على هذه التباينات يتفق أيضًا مع نظرية العلاقة بالموضوع، ويتناسب كذلك مع تأكيد روجرز على أهمية التباينات بين الذات والذات المثاليــة. ومع ذلك؛ فإن التأكيد على لاشعورية تمثيلات الذات، وعلى لاشعورية موجهــات الذات يعد أقل مما هو عليه فى نظرية العلاقة بالموضوع. أما بالنسبة لروجــرز؛ فالفرق يكمن فى إطار العمل "المعرفى الاجتماعى" الذى قُــدمت داخلــه النظريــة والإجراءات التجريبية المصاحبة لها.

تقدير الذات

مررنا على مفهوم تقدير الذات عددًا من المرات على مدار هذا الفصل. حيث يرتبط مفهوم **تقدير الذات** باستحقاق الــذات أو إيجابيــة المــشاعر عــن الــذات (Baumeister, 1998). فكما حدث مع مفهوم الذات، ارتفع وانخفــض الاهتمــام بمفهوم تقدير الذات تاريخيًا. وقد أثيرت أسئلة شبيهة تتعلق به: هل هناك تقدير ذات كلى أم مجالات من تقدير الذات محددة بالسياق؟ هل تقدير الذات حالــة أم ســمة؟ كيف يمكن للمرء قياس تقدير الذات؟ هل يمكن أن تكون هناك أوجه لاشعورية من تقدير الذات لدى الفرد؟

فى وقتنا الحالى يبدو أن هناك نموًا مطردًا فى الاهتمام بمفهوم تقدير الــذات. فكما لاحظنا فى بدايات الفصل، تجرى دراسات عن الجهود المبذولة للحفاظ علــى تقدير الذات (Terrer, 2001). وكذلك عن الجهود المبذولة لتحقيــق رؤى تقــدير الذات المنخفض (Heimpel, Wood, Marshall & Brown, 2002). كما تــم

ربط تقدير الذات المنخفض بالاكتئاب. وليس من المدهش أن يبدو للحساسية للرفض من قبل الآخرين دور مهم فى مشاعر استحقاق الـذات (Ayduk, et al., 2000). وكما لاحظنا فى الفصل الرابع، تفترض البحوث أن يرى الأفراد أن حاجتهم لتقدير الذات من أهم الأشياء بالنسبة للرضا عن الحيـاة (Sheldon, Elliot, Kim, & Karrer, 2001).

وقد تم تطوير تنوع من المقاييس لقياس تقدير الذات، إلا أن أكثرها استخدامًا هو *مقياس روزنبرج لتقدير الذات*(١) (Rosenberg, 1965)، وهـو عبـارة عـن عشرة بنود تقرير ذاتى (مثال: أنا راضٍ عن نفسى، بشكل عام). وحديثًا تم تطوير مقياس مكون مـن بنـد واحـد لقيـاس تقـدير الـذات (Robins, Hendin & Trzesniewski, 2001). حيث يجيب الأفراد السؤال التالى: "لـدى تقـدير ذات مرتفع"، فيضعون لأنفسهم درجة على مدرج من خمس درجـات. وقـد وجـد أن الاستجابات على هذا البند ترتبط بقوة بالاستجابات على مقياس روزنبرج الأطـول لقياس تقدير الذات، وكانت الاستجابات مستقرة على مدى السنوات الأربعة الدراسية بالجامعة. وقد وجد أن الاستجابات ارتبطت بسمات مثـل *الانبسـاط، وحسـاسية الضمير، والعصابية* (ارتباط سلبى)، وارتبطت كذلك بمقـاييس الراحـة النفـسية والبدنية (مثل الرضا عن الحياة، والوجدان الإيجابى، والكفاءة البدنية). وقد ارتـبط تقدير الذات الكلى بتقويمات الذات(٢) فى مجالات المهارات الاجتماعيـة، والقـدرة العقلية، والجاذبية الجسمية. ومع ذلك، أشار حجم الارتباطـات إلـى خـصوصية للمجالات ينبغى أن توضع فى الحسبان هكذا يبدو أن لتقدير الذات طبيعـة عامـة وتخصصًا نوعيًا. وقد وجد أن تقدير الذات لا يرتبط بـدرجات امتحـان التأهيـل لدخول الجامعة (SAT)، والأداء الاكاديمى الجامعى، والحالة الاقتصادية.

وقد لاحظ الباحثون الذين طوروا مقياس البند الواحـد أنـه كـان حـساسًا

---

(١) Rosenberg Self- Esteem Scale

(٢) Self-Evalutions

للاستجابة بشكل مرغوب اجتماعيًا، خاصةً التعزيز المزيف للذات(١). لذلك، فقد أشاروا إلى أنه لو أراد الفرد قياس المشاعر المستقرة بعمق(٢) لاستحقاق الذات، فسوف يُستخدم مقياس آخر. يذكرنا هذا بأهمية السؤال الخاص بالأوجه الضمنية أو اللاشعورية لتقدير الذات، وللذات بصفة عامة حيث يشتمل **تقدير الذات الضمنى**(٣) على أحكام تقويمية عن الذات. ومثل هذه التقويمات يمكن أن تكون لاشعورية (دفاعية) من منطلق تحليلى أو (آلية) من منطلق معرفى اجتماعى (الفصل السابع). ففى دراسة عن تقدير الذات الضمنى، تم قياس مفاهيم الذات الصريحة لدى الفرد من خلال مقياس تقدير الذات لروزنبرج، ومفاهيم الذات الضمنية من خلال اختبار الترابط الضمنى(٤) (Greenwald & Farnham, 2000). حيث يفترض هذا الاختبار أن السرعة التى يستجيب بها الفرد للترابط بين بندين تُعد مؤشرًا لقوة هذا الترابط. فمثلاً، فى أوراق اللعب، سيستجيب الفرد للمزاوجة بين ورقة ذات رسمة قلب مع اللون الأحمر أسرع مما سيفعل مع اللون الأسود. هكذا يقارن اختبار الترابط الضمنى السرعة التى يستجيب الأفراد بها لمصطلحات إيجابية ومصطلحات سلبية فى تزاوجها مع الذات. فكلما ازدادت سرعة الاستجابة للبنود الإيجابية بالمقارنة بالبنود السلبية، ازدادت إيجابية تقدير الذات الضمنى. وقد وجد أن الارتباط بين درجات مقاييس تقدير الذات الصريحة والضمنية كان ضعيفًا. بالإضافة إلى ذلك، وجد أن تقدير الذات الضمنى يُعد منبئًا أفضل بالمزاج السلبى فى الاستجابة للمردود المهدد. وقد أكدت هذه النتائج نتائج البحث المبكر الذى وجد فيه أن تقدير الذات الضمنى قد تنبأ بالقلق، بينما لم يتنبأ به تقدير الذات الصريح (Spalding & Hardin, 1999).

لقد أشارت دراسات متنوعة إلى فائدة التمييز بين تقدير الذات الصريح،

---

(١) Self-Deceptive Enhancement

(٢) Deep-Seated Feelings

(٣) Implicit Self Esteem

(٤) Implicit Association Test (IAT)

الشعورى وتقدير الذات الضمنى، اللاشعورى. فمثلاً، بالإضافة إلى النتائج السابقة، وجد أن تقدير الذات الضمنى –لا الصريح– يتنبأ باستخدام الأحكام الخادمة للذات(١) التالية للفشل (Pelham & Hetts, 1999). كما وجد أن أرتفاع تقدير الذات الصريح مع أنخفاض تقدير الذات الضمنى يصاحب النرجسية والاستهداف للانتفاخ فى تقدير الذات بصفة عامة (Bosson & Swann, 1998; Smith, 2000). أخيرًا، وجد أن مقاييس تقدير الذات الضمنى حساسة للأفكار الآلية السلبية لدى الأفراد ذوى التاريخ المرضى مع الاكتئاب (Gemar, Segal, Sagrati & Kennedy, 2000). باختصار، كما تفترض مراجعة حديثة،" لا تُعد دراسة تقدير الذات الصريح وحده كافيةً أبدًا، إذا كنا مستعدين لفهم تام لمجال السمات والسلوكيات المرتبطة بتقدير الذات" (Bosson, Swann & Pennebaker, 2000, p. 632). وفى الوقت نفسه ترصد هذه المراجعة أن المقاييس المتنوعة لتقدير الذات الضمنى لا ترتبط بشدة ببعضها، كما يبدو أنها حساسة للسياق الذى يتم تطبيقها فيه. إذن، فهذه منطقة ما زالت مفتوحة للبحث.

قبل أن نترك مفهوم تقدير الذات، ربما يكون من المفيد العودة إلى الأسئلة التى أثيرت فى مقدمة هذا الجزء: هل يبدو تقدير الذات سمة أم حالة، كليًا إجماليًا أم محددًا بالسياق؟ تذكر أنه فى مناقشة مقاييس تقدير الذات هناك إشارات لكل من تقدير الذات الكلى والمحدد بالسياق فى الوقت نفسه. وهذه مشكلة تناولها كروكر وولف (Crocker and Wolfe, 2000) اللذان يلاحظان ميلاً فى التراث البحثى لمعالجة تقدير الذات إما كمفهوم كلى أومحدد بالسياق، إما كسمة أو كحالة. وكانت وجهة نظرهما الخاصة هى أن تقدير الذات يشير إلى حكم إجمالى باستحقاق الذات. ومع ذلك، فقد افترضا أيضًا أن مثل هذا التقدير الكلى للذات له خصائص كل من السمة والحالة، بمعنى أن للأفراد مستوى نموذجيًا أو متوسطًا (سمة) من تقدير

---

(١) Self-Serving Judjment

الذات ومستويات مؤقتة أو حالات تدور حول هذا المستوى النموذجي. كذلك بالنسبة التقويمات- النوعية للذات، فلها خصائص مثل السمة وخصائص مثل الحالة. فمثلاً، يمكن أن يشعر المرء أنه جيد في الرياضة بشكل عام وأنه مضحك، ولكنه اليوم في حالة سيئة.

أشار كروكر وولف إلى أن السؤال المهم التالي يصبح: أي مجالات تقويم الذات تُعد مهمة بصفة خاصة لتقدير الذات الإجمالي للفرد. وقد عرضا افتراضًا مهمًا هو:

> سوف تُستمد المعلومات لأحكام الفرد عن استحقاق الذات الإجمالي فقط من تلك التقويمات للذات التي تقع في المجالات غير الأكيدة أو الشروط[1] التي يعتمد عليها تقديره لذاته. ويُعد شرطًا لاستحقاق الذات ذلك المجال أو الفئة من النتائج التي راهن الشخص تقديره لذاته فيها، بما يجعل رؤية هذا الشخص لقيمته معتمدة على النجاحات أو الإخفاقات المدركة أو على إخلاصه لمعايير الذات في هذا المجال. ومن المحوري لنموذجنا تأكيد أن الأفراد يختلفون في شروطهم لاستحقاق الذات التي يؤسسون عليها تقديرهم لذواتهم (p. 594).

بعبارة أخرى، للأفراد تقدير ذات إجمالي، ويعتمد أثر الأحداث على أهميتها بالنسبة لشروط استحقاق ذات الشخص. فتقديرنا لذاتنا سيتأثر بدرجة كبيرة بالنجاح أو الإخفاق في مجالات محورية بالنسبة لشعورنا باستحقاق ذواتنا، وسيكون أقل تأثرًا بالنجاح أو الفشل في مجالات لا تتعلق بها. يتباين الأفراد في شروطهم المتعلقة باستحقاق ذواتهم، فقد تكون قليلة أو كثيرة، سهلة أو صعبة الإرضاء. ولتوضيح ذلك على المستوى الشخصي، يمكن للمرء أن يفكر في شروطه الخاصة لاستحقاقات ذاته، تلك التي تعد محورية وتلك التي لا أهمية لها، تلك التي يشعر المرء أنه كالعبد أمامها، وتلك التي يشعر أنها أكثر معقولية.

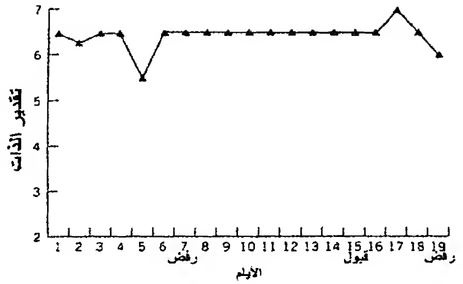
---

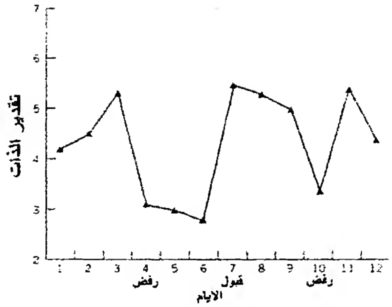
(١) Contingency

فى الإجمال، يفترض كروكر وولف أن أثر الأحداث على المستويات المؤقتة من تقدير الذات يعتمد على تعالقها بالشروط المهمة لاستحقاق الذات. ولاختبار هذا الفرض، قام الباحثان بدراسة سجل خلالها طلاب على وشك التخرج، متقدمون لدراسات عليا، تقديرهم لذاتهم وحالتهم الوجدانية بشكل يومى. وقد تم عمل ذلك خلال فترة كانوا ينتظرون فيها سماع نتيجة قبولهم أو رفضهم من قبل جهات الدراسات العليا. وقبل عملية رصد حالتهم الوجدانية وتقديرهم لذواتهم، طبّق المبحوثون الطلاب مقياس *مرتقبات استحقاق الذات*[1] محددين أهمية الكفاءة المدرسية بالنسبة للشروط الممكنة الأخرى المتعلقة باستحقاق الذات كالنجاح فى منافسة أو استحسان الآخرين، أو المظهر الخارجى. ووفقًا للنموذج يجب أن يصاحب القبول والرفض زيادات وانخفاضات فى تقدير الذات المرصود، وهو ما أيدته النتائج؛ فقد كان تقدير الذات أكثر ارتفاعًا فى الأيام التى أخبر فيها الطلاب أنهم مقبولين فى برامج التخرج، وأكثر انخفاضًا فى الأيام التى أخبروا فيها بالرفض. إلا أن الاختبار الأكثر حسمًا للنموذج كان حول ما إذا كان طلاب التخرج الذين كانت كفاءتهم المدرسية شديدة الأهمية بالنسبة لاستحقاق الذات أكثر تأثرًا بالقبول والرفض من طلاب التخرج الذين كانت كفاءتهم المدرسية أقل أهمية بالنسبة لاستحقاق الذات. وقد أيدت البيانات بوضوح الفرض الرئيسى للنموذج: إن حالة تقدير الذات تتنوع فى الاستجابة للنجاحات والإخفاقات، اعتمادا على ما يشترطه الشخص لاستحقاق ذاته. ويقدم شكل [٨-٤] رسمًا بيانيًا لطالبيْن على وشك التخرج، أحدهما مرتفع والآخر منخفض فى النظر للكفاءة المدرسية بوصفها شرطًا لاستحقاق الذات، حيث اختلفا فى رصدهما اليومى لتقديرات الذات كاستجابة للقبول أو الرفض من قبل برامج التخرج.

---

[1] Contingencies of Self-Worth Scale





شكل [٨-٤] تقدير الذات اليومي لمشاركين، أحدهما منخفض (الرسم الأيسر) والآخر مرتفع في شرط الكفاءة المدرسية (الرسم الأيمن) كدالة لمواقف القبول والرفض من برامج التخرج. تشير البيانات إلى أن تقدير الذات يختلف في الاستجابة للنجاحات والإخفاقات اعتمادًا على شروط استحقاق الذات لدى الشخص).

Source: "Contingencies of Self-Worth" by J. Crocker and C. T. Wolfe, 2001, Psychological Review, 108. *p603. Copyright by the American Psychological Association. Reprinted by permission).*

وبالنسبة لهذه النتائج، من المهم ملاحظة أنه من بين كل شروط استحقاق الذات المقيسة، لم ترتبط إلا شروط الكفاءة المدرسية بتباينات تقدير الذات كاستجابة للقبول أو الرفض من الدراسات العليا. هذه عينة من الطلاب كان أداؤهم جميعًا جيدًا في المدرسة! علاوة على ذلك، وجد أنه كلما ربط الطلاب تقديرهم لذواتهم بكونهم جيدين في المدرسة، زاد تغير وجدانهم استجابة للقبول أو الرفض. باختصار، كانت التغييرات شديدة في كل من تقدير الذات والوجدان لطلاب التخرج الذين كان تقديرهم لذواتهم مشروطًا بالنجاح والفشل في هذا المجال خاصة. وعلى الرغم من إدراك أهمية المستوى النموذجي أو مستوى السمة لتقدير الذات؛ فإن المؤلفين يؤكدان على أهمية تعرف شروط استحقاق الذات ومتضمنات النجاح

والفشل فى هذه الشروط فى علاقتها بالتراوح فى تقدير الذات.

الذات وعلم الأعصاب

أنا مغرم بتوجيه سؤال إلى طلابى عند مناقشة مفهوم الذات هو: ما الشىء الواحد الذى يجب أن يتغير لكيلا تعود أنت أنت؟ ما الذى يُعَرِّف الذات أكثر من أى شىء آخر، أى ما أكثر الأشياء جوهرية لمفهوم المرء عن ذاته؟ تتضمن الإجابات النموذجية أفكار الفرد ومشاعره وذكرياته وأعضاء جسده. فهل يمكن للذات أن تتموضع فى أى منها؟ فيها كلها؟ فى مواضع تختلف باختلاف الأفراد؟

لقد كان مفهوم الذات والوعى بالذات[١] محل اهتمام الفلاسفة على مدى العصور، كما أصبح محل اهتمام علماء الأعصاب[٢] حديثًا. فهل يمكن أن يكون موقع الذات هو المخ؟ فكما فعل روجرز، يرفض علماء الأعصاب فكرة القزم: "العارف[٣]" الذى يقبع داخل المخ ليلاحظ و"يعرف" عن بقية الشخص، وكأنه شخص صغير بصغر حجم المخ (Damasio, 1999). ولكن إذا لم تكن القزم، فما الذات إذن؟ واحدة من الطرق التى حاول بها علماء الأعصاب إجابة هذا السؤال كانت من خلال دراسة تأثيرات عطب أجزاء محددة من المخ على الإحساس بالذات. خذ مثلاً، عطب المخ الذى ينتج عنه فقدان ذاكرة[٤]. فبما أن الإحساس بالذات يبدو معتمدًا جزئيًا على سيرة هذه الذات، الذات التى تعتمد على ذكريات الماضى، فماذا يحدث عندما يعانى الفرد من إصابة مخية ينتج عنها *فقدان ذاكرة استرجاعى*[٥]، أو فقدان ذاكرة أحداث الماضى؟ فى أحد تقارير الحالة المتعلقة بهذا الموضوع، استطاع الفرد الذى فقد ذاكرته الداخلية للأحداث السابقة على حادث الموتوسيكل الذى وقع له، والذى عانى بالتالى من تغيير فى الشخصية عميق تلا

Self-Consciousness (١)
Neuroscientists (٢)
Knower (٣)
Amneria (٤)
Retrograde Amnesia (٥)

الحادث، استطاع وصف شخصيته قبل الحادث بدقة لافتة (Tulving, 1993).

ولكن ماذا عن فقدان ذاكرة الماضى وشخصية الماضى للفرد؟ يُعد تقرير كلاين ولوفتس وكيلستروم (Klein, Loftus & Kihlstrom, 1996) باهرًا فى هذا الصدد، حيث وجهوا السؤال التالى: هل يمكن للشخص الذى لا يستطيع استدعاء أى خبرات شخصية – وهكذا لا يمكنه معرفة كيف سلك فى الماضى– أن يعرف كيف هو؟ الحالة المدروسة كانت لطالبة جامعية استمرت معها آثار ارتجاج فى الدماغ كنتيجة لسقوطها، ولم يظهر مسح المخ أى علامة لاضطرابات عصبية، إلا أنها ظلت غير قادرة على استدعاء الأحداث أو الخبرات التى ترجع إلى ستة أو سبعة شهور قبل الحادث، كما كانت ذاكرتها للأحداث الشخصية الأكثر بعدًا، التى تعود إلى أربع سنوات سابقة، غير منتظمة. وقد مرت بعدد من اختبارات الذاكرة بعد خمسة أيام من الإصابة المتبقية، بما فيها اختبار للخبرات الماضية. بالإضافة إلى ذلك فقد قدرت لنفسها درجات على قائمة مكونة من ٨٠ صفة تعبر عن سمات، أولاً فيما يخص شخصيتها فى المدرسة الثانوية، وثانيًا فيما يخص شخصيتها بعد دخول الجامعة. كما أعطى صديقها أيضًا شخصيتها الجامعية تقديرات من منظوره. وأخيرًا، وبعد أربعة أسابيع، فى الوقت التى شفيت تمامًا ذاكرتها للأحداث السابقة للسقوط، قدرت مرة أخرى شخصيتها الجامعية على قائمة الصفات المعبرة عن السمات.

يمكننا الآن توجيه عدد من الأسئلة تتعلق بقضية ذاكرة أحداث الماضى والإحساس بالذات. أولاً: هل ستختلف التقديرات عن الذات فى الجامعة فى المرتين: الأولى عندما كانت تعانى من فقدان الذاكرة، والثانية التالية لشفاء الذاكرة؟ أشارت البيانات إلى اتساق كبير فى وصف الذات بين الفترتين: "بما يعنى أنه على الرغم من أنها كانت تعانى من فقدان الذاكرة؛ فقد عرفت كيف كانت فى الجامعة بالرغم من حقيقة أنها لم تكن تستطيع استدعاء أى شىء من زمن الجامعة" (Klein & Kihlstrom, 1998, p. 230). ثانيًا: كانت تقديراتها لذاتها وتقديرات صديقها

لها مرتبطة بشكل دال كل منهما بالآخر. بما يعنى أن هناك دليلاً على دقة كلا الوصفين للذات. ولكن هل كانت تتذكر كيف كانت فى المدرسة الثانوية وحسب، وتستخدم ذلك كأساس لوصفها الحالى للذات؟ لا يبدو الأمر كذلك، إذ اختلفت تقديراتها عن ذاتها فى الجامعة عن تقديراتها عن ذاتها فى المدرسة، ولقد عرفت ذلك بالرغم من حقيقة أنها لم تستطع استدعاء الأحداث من زمن الجامعة. ومع أن هذه الحالة لم تتضمن فقدانًا كاملاً لذاكرة أحداث الماضى، إلا أنه اعتمادًا على البيانات وتقارير حالات أخرى كانت الخلاصة "إنك لا تحتاج إلى تذكر كيف تصرفت فى الماضى لتعرف كيف أنت" (Klein & Kihlstrom, 1998, p. 231).

كما لاحظنا باكرًا فى هذا الفصل، يُعد الوعى بالجسد جزءًا مهمًا من التعرف المبكر على الذات. حيث كثيرًا ما تظل صورة الفرد عن جسده جزءًا مُعَرِّفًا للذات. فماذا يحدث إذن، عندما يكون هناك خلل فى الأداء الوظيفى لجزء من الجسد أو بعض أوجه الأداء المعرفى؟ نحن نعرف أنه فى مثل هذه الظروف يعانى الأفراد غالبًا من تهديد كبير لإحساسهم بالذات. ومع ذلك، فى ظرف يُعرف *بالأنوزاجنوزيا*[1]، لا يعى الشخص الخلل فى الوظيفة الجسمية. فمثلاً، قد لا يعى الشخص المشلول عجزه هذا، أو ربما يكون الشخص مشلولاً فى يده إلا أنه يعتقد بإمكان استخدامها. وعندما يطلب منه تحريك يده ولا يستطيع، فإنه ربما يشير إلى أنه حركها، أو إلى أن هذه اليد ليست يده وإنما يد شخص آخر. وهناك حالة مرصودة أشار فيا المريض إلى أن اليد كانت للفاحص، وعندما وضع الفاحص يد المريض بين يده، قال المريض إن اليد للفاحص (Klein & Kihlstrom, 1998). ويبدو أن هذا مقلوب حالة الأطراف الشبحية[2]، حيث يقرر الشخص وجود إحساسات فى طرف غير موجود (مبتور مثلاً). بعبارة أخرى، فى الحالات

Anosagnosia (١)
Phantom Limbs (٢)

محل الاهتمام يمكن أن يكون هناك رفض لكون العضو جزءًا من جسد الفرد، أكثر من رفض فكرة أن الجزء مفقود. ويبدو أن هؤلاء المرضى يحافظون على الإحساس بالذات بالرغم من كل مؤشرات التغير الدال فى الأداء الوظيفى الجسدى (Feinberg, 2001). ولا يبدو ذلك بسبب آلية الإنكار الدفاعية النفسية، بل بالأحرى بسبب اضطراب ما فى عمل المخ.

ربما ما يمثل ظرف يُعرف *بالبروزوباجنوزيا*[١] مزيدًا من التحدى لفهمنا للذات؛ حيث يكون الشخص عاجزًا عن التعرف على الأوجه، بما فيها وجهه فى المرآة (Feinberg, 2001; Klien & Kihlstrom, 1998). ومع ذلك، فإن المرضى المصابين بهذا الخلل يستجيبون انفعاليًا وفسيولوجيًا عندما ينظرون لوجه مألوف، مما يمكن أن نطلق عليه التعرف اللاشعورى أو الضمنى على الوجوه. هؤلاء يمكنهم وصف خصائص وجه ما؛ ولكنهم لا يعيِّنون الشخص صاحب الوجه. فإذا نظر أحدهم لوجهه فى المرآة ربما حدق كما لو كان يتساءل عمن هذا الذى ينظر إليه. أو إذا رأى وجهه منعكسًا على سطح زجاج كالنافذة مثلاً، تعجب من ذلك الشخص الذى يتتبعه. ما إحساسهم بالذات إذا كانوا لا يستطيعون التعرف على أنفسهم فى المرآة، هذا الذى يعده البعض القياس التقليدى للذات؟

إن الشخص الذى يكتشف الأساس العصبى للوعى والوعى بالذات سينال بلا شك جائزة نوبل. إن كل حالة مما تناولنا – فقدان ذاكرة، أنوزاجنوزيا، بروزوباجنوزيا– تتضمن بعض الاضطراب فى عمل المخ. يمكن تحديد جزء معين معطوب فى المخ فى بعض الحالات، ولا يمكن ذلك فى حالات أخرى. بالإضافة إلى مثل هذه الحالات، يستخدم الجهد البحثى الجارى عن الأساس العصبى للذات قياسات نشاط المخ أثناء التفكير المتعلق بالذات (Craik et al, 1999). وحتى وقتنا هذا لا يمكن تحديد موضع للذات فى أى جزء من المخ. والواقع أن الاعتقاد

---

(١) Prosopagnosia

هو أن الذات تعكس أداءً وظيفيًا متكاملاً لعدد من أجزاء المخ (Damasio, 1994, 1999). وبدلاً من فكرة القزم؛ فإن الذات ترى كتعبير عن عمل عدد من الأبنية المخية. ولكن يظل من غير المحدد أى الأبنية يُعد جوهريًا لأى أوجه الوعى بالذات، أو لأى من أداءاتها. هكذا فإن السؤال عن كيفية اجتماع أداءات هذه الأبنية لإنتاج هذه الظاهرة المتميزة جدًا يظل فى حاجة لإجابة. فالأساس العصبى للذات لم يتحدد بعد.

الثقافة والذات

هل مفهوم الذات عالمى؟ وهل ميل الأفراد نحو تعزيز ذواتهم مسألة عالمية؟ هل ينتشر مفهوم تقدير الذات عبر الثقافات؟ هل يسعى الأفراد فى الثقافات المختلفة للحفاظ على تقديرهم لذواتهم بنفس الأساليب؟ هذه أسئلة المتعلقة بمفهوم الذات حظيت باهتمام المتخصصين فى علم النفس عبر الثقافى والأنثروبولوجيا الثقافية.

لقد لمَّح يابانى فائز بجائزة نوبل فى الكيمياء إلى دور الثقافة فى تشكيل الذات، وهو من أوكلت إليه مهمة إعادة تنشيط العلم فى اليابان، حيث قال فى مقابلة مع *مجلة نيويورك تايمز*(١) "تعتمد الثقافة اليابانية جوهريًا على زراعة الأرز، وتتطلب زراعة الأرز كثيرًا من الماء، ويجب أن يوزع الماء على الجميع بالتساوى. كما تتطلب زراعة الأرز أيضًا فريقًا من الأفراد يتحركون من صف إلى صف، بنفس السرعة، كان معنى ذلك أن التفرد يجب أن يُقمع" (August 7, 2001, pA6).

النقطة المفتاحية فى هذه العبارة هى التأكيد على الجماعة فى مقابل الفرد، وهى مقابلة بين الثقافات الآسيوية والغربية أجراها علماء النفس المهتمون بالبحوث عبر الثقافية (Cross & Markus, 1999; Markus & Kitayama, 1991; Markus, Kitayama & Heiman, 1996; Triandis, 1995). تؤكد الثقافة

(١) *The New York Times*

الغربية على الفرد، على *ذات مستقلة*[١]، بينما تؤكد الثقافة الآسيوية على الجماعة، على *ذات جمعية*[٢] أو *ذات متبادلة الاعتماد*[٣]. إنها مقابلة بين *ذات فردية* و*ذات جمعية*. ففى المجتمعات المشددة على الذات الفردية، تعتمد هوية الفرد على الخصائص التى يتفرد بها. فعندما يُسأل لأمريكى " من أنت؟ " يجيب معظم الأمريكيين باسمهم وبما يشتغلون. أما فى المجتمعات المشددة على الجماعة، فإن هوية الفرد تعتمد على روابطه بأعضاء الجماعة الآخرين. وعندما يُسأل الشخص فى مثل هذا المجتمع "من أنت؟" تدور إجابته حول المدينة التى أتى منها والعائلة التى هو جزء منها. فى المجتمعات الفردية تعتمد هوية الفرد على ما يملكه وما ينجزه، وتكمن قيمة المرء فى كينونته المستقلة وكفايته لذاته[٤]. أما فى المجتمعات الجمعية؛ فتتأسس هوية الفرد بعضويته فى الجماعة، وباندراجه فى الذات الجمعية، وهو يكتسب قيمته بالامتثال[٥]. فى الأولى يتم التأكيد على الذات الخاصة، أما فى الأخرى فيتم التأكيد على الذات العامة.

الذات: وجد أن طبيعة الذات وأهميتها تتباين فى مختلف الثقافات.

المغزى هنا أنه يمكن أن تختلف طبيعة الذات، والمعلومات التى يتم التشديد عليها ومتضمنات هذه المعلومات بالنسبة للسلوك من ثقافة إلى أخرى، وبدرجة

Independent Self (١)
Collective Self (٢)
Interdependent Self (٣)
Self-Sufficient (٤)
Conformity (٥)

هائلة. بل إننا فى الواقع نستطيع السؤال حتى عن حدود الذات. فمعظم الأمريكيين، إذا سئلوا عن "ذاتهم الحقيقية[1]" سوف يضعونها فى مكان ما فى حدود الجسد، ولكن فى الهند، فإن الذات الحقيقية هى الذات الروحية[2]، التى تقع خارج الجسد. إن طبيعة الذات لتختلف بين المجتمعين.

هل هناك متضمنات معرفية وانفعالية ودافعية لمثل هذه الفروق فى مفهوم الذات؟ تشير ماركوس وكيتاياما (Markus & Kitayama, 1991) إلى أن هذه هى الحال فى الواقع. فوفقًا لماركوس وكيتاياما، يُتوقع من ذوى الذوات المستقلة (كالأمريكيين مثلاً) أن يستقبلوا المعلومات، بل وأن يؤكدوا المعلومات التى تجعلهم مميزين، فى حين أن ذوى الذوات متبادلة الاعتماد (كالآسيويين مثلاً) يتوقع أن يستقبلوا ويؤكدوا المعلومات التى تمثلهم بوصفهم جزءًا من جماعة. فمثلاً، عندما طُلب من مبحوثين استدعاء أقدم ذكرى فى ذاكراتهم، ذكر الأمريكيون ذكريات أبكر مما تذكره الصينيون، كما أن ذكريات الأمريكيين كانت أكثر تركيزًا على الذات[3]. وفى المقابل، لم تكن ذكريات المبحوثين الصينيين فى عمر متأخر فقط بل كانت أيضًا أكثر تركيزًا على الأدوار الاجتماعية (Wang, 2001). بعبارة أخرى، فإن الفروق فى فهم الذات[4] ترتبط بأنواع الأحداث المستدعاة من الطفولة، ومن السن التى يتذكر الفرد أنها حدثت فيه.

وهناك دليل آخر على أن المبحوثين الأمريكيين يشددون بشكل نموذجى على تفردهم عن الآخرين، بينما يشدد الآسيويون التشابهات بينهم والآخرين إلى حد كبير. فيميل المبحوثون الأمريكيون لرؤية أنفسهم فى ظل السمات المستقلة عن السياق، بينما يميل المبحوثون الآسيويون لرؤية أنفسهم فى ضوء الأدوار التى يلعبونها وسلوكهم فى مواقف معينة فى علاقتها بالآخرين (Kanagawa, Cross,

---

(١) True Self
(٢) Spiritual Self
(٣) Self-Focused
(٤) Self-Construal

(Markus, 2001 &. فبينما يصف المبحوثون الغربيون أنفسهم فى ظل تقديرات متطرفة يصف المبحوثون الآسيويون أنفسهم فى ظل تقديرات تتمحور حول الوسط (Chen, Lee, & Stevenson, 1995). وفى الولايات المتحدة فإن "العجلات التى تحدث صريرًا هى التى تنال الشحم"، بينما الرؤية فى اليابان هى أن "المسمار الذى يظل خارجًا هو الذى يُدق" (Markus & Kitayama, 1991, p. 224). والأمريكيون مهتمون بالذات الخاصة، فى حين أن اليابانيين يهتمون بالذات العامة. وبينما يهتم الأمريكيون بالتركيز على التعبير عن مشاعرهم الداخلية، يركز اليابانيون على المظهر المعلن لتعبيرهم الانفعالى، الذى قد يرتبط أو لا يرتبط مباشرة بمشاعرهم الداخلية. ولدى الأمريكيين دافع قوى لتعزيز الذات، أما اليابانيون فأكثر توجهًا نحو طمس الذات(١) ونقدها وتحسينها(٢) (Heine, Lehman, Markus, Kitagama, 1999). ومقارنة بالمبحوثين الأمريكيين، يُظهر المبحوثون اليابانيون مثابرةً أعلى على المهمة التى يخفقون فيها أكثر من المهمة التى ينجحون فيها. بمعنى ما، يكون المبحوثون اليابانيون مدفوعين نحو تحسين الذات، بينما يكون المبحوثون الأمريكيون مدفوعين نحو تعزيز الذات (Heine, et al., 2001). ومن ثم، ربما لا يكون دافع تعزيز الذات عالميًا.

من خلال هذه الفروق لن نندهش من وجود فروق ثقافية فى المدى الذى نهتم عنده بتقدير الذات والأساس الذى ينبنى عليه هذا التقدير. هكذا يفترض البعض أنه فى حين يُعد تقدير الذات محل اهتمام كبير بالنسبة للفرد الغربى، ويصاحبه تقويم لخصائص الفرد وقدراته؛ فإن الآسيويين أقل اهتمامًا بتقدير ذات الفرد، بل يزداد اهتمامهم بالقدرة على الحفاظ على تناغم الجماعة(٣) وإنجاز أهدافها. وبالتالى، ربما يكون مفهوم تقدير الذات، بتشديده على الذات كما يفعل، مفهومًا مرتبطًا بالثقافة.

---

(١) Self- Effacement

(٢) Self-Criticism

(٣) Group Harmony

وكما تفترض إحدى المراجعات لهذه المسألة "ربما لا تقبض النظريات عن تقدير الذات وعن العمليات الأخرى المرتبطة بالذات، والتى تعتمد على افتراض مفهوم مستقر وثابت نسبيًا للذات، ربما لا تقبض بشكل مناسب على الطبيعة الطيِّعة[١] والتطورية[٢] للذات اليابانية (Kanagawa, et al., 2001, p. 62).

ثمة تحذيران علينا سوقهما أثناء تعرفنا على هذه الفروق الثقافية المتعلقة بالذات. **أولاً**: من السهل المبالغة فى الفروق ورسمها بوصفها متناقضة، فى حين أنه ربما تتواجد كلا الذاتين المستقلة ومتبادلة الاعتماد لدى أبناء كل الثقافات (Oyserman, Coon & Kemmelmeier, 2002; Singelis, 1994). بعبارة أخرى، ربما تكون هذه اختلافات فى الدرجة أكثر من كونها تناقضات جوهرية فى الطبيعة النوعية. **ثانيًا**: فى بعض الأحيان ترجع الاختلافات فى الطريقة التى يتم بها تسيير العملية، أكثر من كونها اختلافات فى العملية نفسها. فمثلاً، يفترض البعض أن الآسيوى يحتاج إلى تقدير الذات بنفس درجة الغربى، إلا أن كليهما يظهر ذلك بشكل مختلف – فرق ظاهرى (فينوتيبى[٣]) أكثر منه فرق علّى (جينوتيبى[٤])– (Kurman, 2001). ومما يدعم هذا المنظور تلك البحوث التى أشرنا إليها سابقًا والتى تشير إلى أن الحاجة لتقدير الذات تُعد مرتفعة فى قائمة الحاجات المهمة للرضا عن الحياة بالنسبة للأمريكيين والكوريين (Sheldon et al, 2001). وقد تناولنا مسألة مشابهة فى الفصل الثالث، عندما تساءلنا عما إذا كانت العمليات المعرفية لدى أبناء الثقافات المختلفة تختلف بشكل نوعى عن بعضها البعض، أم هى تختلف فى مضامينها فقط. وفى حين تظل هذه القضية محل جدال وبحث فى المجال، فمن المهم أن نتدبر دائمًا أهمية هذه الفروق الثقافية فى علاقتها بالذات.

Maileable (١)
Evolving (٢)
Phenotypic (٣)
Genotypic (٤)

تأملات أخيرة حول الذات

تناولنا فى هذا الفصل صعود وهبوط الاهتمام بمفهوم الذات تاريخيًا، والنماذج المختلفة لبناء الذات والعمليات المرتبطة بها، وكذلك عرضنا أمثلة لمناح تتعامل مع الفروق الفردية. من الواضح أن الذات تُعد مجالاً ينال اهتمامًا رئيسًا فـــى الوقـــت الراهن. فهو مفهوم من مفاهيم الشخصية أهم من أن يخفت أو يختفى تمامًا. وموقفنا هنا أنه لن يختفى مرة أخرى من مجال الاهتمام والبحث على الرغم مـــن احتمـــال هبوط وضعه المحورى، لا سيما مع مزيد مـــن استكـــشاف التـــصورات الثقافيـــة الأخرى للذات. وفيما يتعلق بتنوع المناحى؛ يتضح من العرض أن المنحى المعرفى الاجتماعى يحرز تأثيرًا متزايدًا، كما أنه يزداد تنوعًا فـــى جوانـــب الـــذات التـــى يخضعها للبحث. والعناصر المحورية لهذا المنحى هى رؤية الذات بوصفها بنـــاء معرفيًا يتكون من عدد من الذوات أو الفئات، تتبع مبادئ عمل الأبنيـــة المعرفيـــة الأخرى. إلا أن هذا التأكيد لا يُعد متناقضًا مع التأكيد التحليلى أو الفينومينولـــوجى لروجرز. ويتأكد هذا الوضع خاصة مع تأكيد منظِّرى الذات المعرفيين الاجتماعيين على أهمية الوجدان بوصفه جزءًا من الأبنية المعرفية، وغالبًا بوصـــفه عنـــصرًا منظمًا محوريًا لهذه الأبنية.

وكما أنه لا يبدو اختلاف حول أهمية الخبرات المبكرة فـــى تكـــوين الـــذات ومعاييرها، خاصة إذا أخذنا عمل هِجِـــن كمثـــال توضـــيحى للرؤيـــة المعرفيـــة الاجتماعية. قد يرغب معظم المنظِّرين المعرفيين الاجتماعيين فى تأكيـــد إمكانيـــة التغيير فى بناء الذات، أكثر مما قد يقبل المحللون النفسيون، إلا أن هذه قد تكـــون مسألة فكرية أكثر منها مسألة عملية. ويبدو أن أعضاء كلا الفريقين يتفقون على أن بعض أبنية الذات مقاومة بشدة للتغيير وبعضها أكثر قابلية للتغير. وستبدو النقطـــة المفتاحية المتعلقة بالفرق بينهما هى التأكيد النسبى علـــى التمثـــيلات اللاشـــعورية للذات، حيث يؤكد المحللون النفسيون العناصر اللاشعورية بينمـــا يؤكـــد منظـــرو

المعرفة الاجتماعية العناصر الشعورية. أما الروجرزيين، مع إدراكهـم للعمليـات الدفاعية التى تمنع الخبرات من الوصول للوعى ومع تأكيـدهم علـى الظاهرتيـة واستخدام التقرير الذاتى؛ فيبدو أنهم يقعون فى نقطة وسط بين الطرفين. ويبـدو أن هذا يُعد بالتالى الحاجز الأكبر للم شمل ذواتنا معًا. فليس من الواضح ما إذا كانـت التطورات المستقبلية ستزودنا بما يسمح بتجميع غير مبتذل أو مشوه للذوات. أعتقد أن هذا سيحدث وسوف يتضمن تشديدًا مهمًا على على أهمية تمثيلات الذات غيـر الشعورية واللاشعورية.

أخيرًا من المهم إدراك بزوغ تطورات تتعلق بالذات فى علم الأعصاب وفـى البحوث عبر الثقافية. إلى حد ما يركز أحدهما على ما هو عالمى العمومية[١] بينما يركز الآخر على الاختلافات بين البشر. وعلى الرغم من أنه كثيرًا ما تـصادمت الرؤيتان (Pervin, 2002)؛ فإنه ليست هناك حاجة لأن نراهما متعارضتين؛ فقـد تنير لنا الاثنتان معًا الشروط المحددة للاختلافات فى العمليات المتعلقـة بالـذات، وكذلك قد يوفران تماسكًا بين الرؤى التى تُعد متعارضة ومتصارعة فـى الوقـت الراهن.

(١) Universal

مخطط الذات Self-Schema: بناء معرفى منظم عن الذات، مشتق من الخبرة السابقة، يقود معالجة المعلومات المتعلقة بالذات.

الوعى بالذات Self-Consciousness: القدرة على تأمل الذات أو التفكير فيها.

انفعالات الوعى بالذات Self-Conscious Emotions: هى الانفعالات التى تشترط -لنشعر بها- قدرةً على الوعى بالذات (كالخزى أو الفخر).

المجال الفينومينولوجى Phenomenal Field: المصطلح الذى يستخدمه روجرز Rogers للتعبير عن المثيرات التى يدركها الفرد.

تناقض الخبرة الذاتية Self-Experience Discrepancy: إبراز روجرز للخبرات التى لا تتفق مع بناء الذات.

الاتساق الذاتى Self-Consistency: المفهوم طوره ليكى Lecky واستخدمه روجرز وآخرون، وهو يؤكد على الحاجة إلى الحفاظ على بناء الذات متسقًا (المعرفة المرتبطة بالذات والتى تكون متسقة مع بعضها البعض).

طريقة تصنيف Q Q-Sort Method: قياس يصنف خلاله المبحوث الجمل فى فئات تتبع توزيعًا اعتداليًا. استخدمه روجرز لقياس التباين بين الذات والذات المثالية.

المدرسة بين الشخصية للطب النفسى Interpersonal School of Psychiatry: المصطلح المستخدم لوصف منحى هارى ستاك سوليفان Harry Stack Sullivan فى الشخصية والعلاج.

نظرية العلاقة بالموضوع Object Relations Theory: منحى تحليلى يؤكد أن البشر يبحثون عن العلاقات أكثر من سعيهم لإشباع الغرائز، ويؤكد أهمية التمثيلات العقلية للخبرة فى الصغر مع الأشخاص المهمين.

عائلة الذوات Family of Selves: مفهوم كانتور Cantor وكيلستروم

Kihlstrom لتعدد الذوات المنظم.

مفهوم الذات العامل Working self-Concept: مفهوم ماركوس Markus عن مخطط الذات كما يستخدم فى سياق موقفى معين.

الذوات الممكنة Possible Selves: مفهوم ماركوس عن مخطط الذات الذى يمثل ما يشعر الأفراد أنهم سيصبحون عليه.

تحقيق الذات Self-Verification: عملية يؤكدها سوان Swann، ويشير بها للسعى نحو المعلومات التى تؤكد مفهوم الذات.

تعزيز الذات Self-Enhancement: عملية السعى نحو المعلومات التى ستحافظ على ذات الفرد أو تعززها.

كفاءة الذات Self-Efficacy: مفهوم باندورا Bandura المتعلق بالقدرة المدركة على مواجهة مطالب المواقف المحددة.

الوعى بالذات الخاصة Private Self-Consciousness: مفهوم كارفر وشاير عن المدى الذى يصل إليه الأفراد فى تركيزهم على مشاعرهم ومعاييرهم الخاصة.

الوعى بالذات العلنية Public Self-Consciousness: مفهوم كارفر وشاير عن المدى الذى يصل إليه الأفراد فى تركيزهم على ما يمكن أن يعتقده الآخرون عنهم وعلى المعايير الخارجية.

موجهات الذات Self-Guides : مفهوم هِجِن Higgin عن المعايير التى تتعلق بالذات والتى يشعر الفرد بوجوب الالتزام بها.

الذات المثالية والذات الواجبة Ideal Self, Ought Self: فئتان من موجّهات الذات، تتعلق الأولى بالخصائص التى يتمنى الفرد امتلاكها، وتتعلق الأخرى بالخصائص التى يشعر الفرد بوجوب امتلاكها (واجبات، مسئوليات، التزامات).

تقدير الذات Self-Esteem: تقويم استحقاق الفرد لذاته.

تقدير الذات الضمنى Implicit Self-Esteem: أحكام تقويمية لاشعورية عن الذات.

ملخص الفصل

١. على الرغم من أن الاهتمام بالذات قد علا وهبط، فإنه يُعد اليوم من أكثر المواضيع خضوعًا للبحث فى مجال الشخصية؛ ويستأهل مفهوم الذات الدراسة لأهميته فى الخبرة الظاهرتية، وفى كيفية معالجتنا للمعلومات، وفى تنظيم الأداء الوظيفى للشخصية.

٢. يميز المتخصصون فى علم النفس الارتقائى بين إدراك الذات: إدراك الطفل أنه يوجد منفصلاً عن الأشخاص الآخرين أو المواضيع الفيزيقية الأخرى، والوعى بالذات: القدرة على تأمل الذات. ويتأسس جزء كبير من ارتقاء إدراك الذات على الوعى بالفروق الحسية المرتبطة للجسد، والمرتبطة بتعلم شروط الفعل–النتيجة. ويتم تتبع ارتقاء الوعى بالذات حتى سن ١٥ شهرًا تقريبًا، اعتمادًا على بحوث تعرف الذات وعلى فهم الارتقاءات المعرفية الأخرى التى تحدث فى تلك المرحلة.

٣. لقد تم تناول ثلاث رؤى عن الذات: الظاهرتية والتحليلية والمعرفية الاجتماعية. واستخدم جهد روجرز لتمثيل نموذج من الاهتمام بالذات. كان روجرز مهتمًا بتنظيم الذات، والاتساق الذاتى، وبجهود الفرد لتجنب حالة اللاتناغم أو التباين بين مفهوم الذات والخبرة.

٤. على الرغم من أن فرويد لم يؤكد على مفهوم الذات، إلا أن المفهوم قد لاقى اهتمامًا كبيرًا من منظّرى العلاقة بالموضوع المهتمين بارتقاء التمثيلات العقلية للذات، وللآخرين، وللذات فى علاقتها بالآخرين، وكذلك بجهود الفرد لتجنب انخفاضات تقدير الذات وجهوده للحفاظ على الإحساس بتماسك الذات. وتميثلات الذات التى يؤكد عليها منظّرو العلاقة بالموضوع متعددة الأبعاد، ومحملة بالوجدان، وتصاحبها دوافع وصراعات محتملة، وهى فى الأغلب لاشعورية.

٥. تتأسس الرؤية المعرفية الاجتماعية للذات على مفاهيم ومناهج بحث مشتقة من

علم النفس المعرفى. حيث تعالج الذات كمخطط مهم يؤثر على معالجة كم هائل من المعلومات، وله متضمنات فى الدافعية والسلوك. وهناك تأكيد على تعدد الذوات (مثال، عائلة الذوات، والذوات الممكنة) وعلى التباين الثقافى فى الطبيعة الجوهرية للذات. ويؤكد منظرو المنحى المعرفى الاجتماعى أيضًا على أهمية العمليات الدافعية المتعلقة بالذات، مثل دوافع تحقيق الذات وتعزيز الذات.

٦. على الرغم من توفر الدليل على وجود اهتمام بتكامل الرؤى التحليلية والرؤى المعرفية الاجتماعية عن الذات، إلا أن الفروق الجوهرية فى المحتوى المُبْـرَزَة، ومناهج البحث المستخدمة قد قيَّدت النجاح فى هذه الجهود التكاملية.

٧. هناك دليل مهم على الاهتمام بمتغيرات الفروق الفردية المرتبطة بمفهوم الذات (مثل كفاءة الذات لباندورا، والوعى بالذات لكارفر وشاير، وموجهات الذات لهجِن، وتقدير الذات وتقدير الذات الضمنى). وتبين البحوث التى تتناول هذه المتغيرات أهمية تمثيلات الذات للمعرفة والوجدان والدافعية والعلاقات الشخصية. وهناك اهتمام متنام بمفهوم تقدير الذات. حيث يرى التقدير الإجمالى للذات وجهًا مهمًا من أوجه الأداء الوظيفى للشخصية. بالإضافة إلى ذلك أن هناك اهتمام بالتقلبات فى تقدير الذات المصاحبة للنجاح والفشل فى مجالات شرطية محددة لاستحقاق الذات.

٨. استخدم علماء الأعصاب دراسات لحالات فردية لمرضى الإصابات المخية، كما استخدموا تقنيات التصوير العصبى لاكتشاف أبنية المخ التى تمثل أساس الوعى بالذات، ولتحديد موضعها. والوضع الراهن يرى أن الوعى بالذات يعتمد على تكامل أداءات عدد من أبنية المخ.

٩. أثار البحث عبر الثقافى عن الذات أسئلة حول ما إذا كان مفهوم الذات والعمليات المرتبطة به مثل الحاجة إلى تعزيز الذات وتقديرها تعد عالمية. وقد تم التركيز على الفروق بين الثقافات الغربية التى تؤكد الاستقلال والذات المتفردة من ناحية، والثقافات الآسيوية التى تؤكد ذاتًا متبادلة الاعتماد وجمعية من ناحية أخرى.

الفصل التاسع*

المسار من التفكير إلى الفعل

* ترجمة د. عبد الحليم محمود السيد

نظرة عامة على الفصل:

كيف نتحرك من التفكير إلى الفعل، من النية إلى عمل شيء لتنفيذه فعلاً؟

سنتناول فى هذا الفصل السلوك الغَرَضى الموجه نحو هدف، كما نتناول البحوث حول مفاهيم مثل المشاريع الشخصية، والكفاح الشخصى الموجه نحو هدف ولماذا نشعر أحيانًا بتعطل إرادتنا الحرة، أى نجد أنفسنا غير قادرين على أن نفعل ما ننوى فعله أو نشعر بإكراه لفعل ما نريد فعله.

أسئلة مثارة فى هذا الفصل:

١- كيف نفهم عملية السير من التفكير إلى الفعل؟ من الفكرة المتصلة بهدف معين إلى متابعة هذا الهدف؟

٢- هل من المفيد لعلماء نفس الشخصية استخدام مفاهيم مثل إرادة[١] ونية[٢][*] وإرادة حرة[٣] أو اختيار[**]، أم أن الأفضل ترك هذا للفلاسفة؟

٣- ماذا تشبه نظرية السلوك الموجه نحو الهدف؟ وكيف يمكن اكتساب الأهداف وهل يتعامل الأشخاص بعقلانية فى سعيهم للأهداف؟

٤- كيف نستطيع أن نفهم المواقف التى لا يستطيع فيها الأشخاص أن يجعلوا أنفسهم يفعلون ما يريدون فعله أو لا يستطيعون منع أنفسهم من فعل ما لا يريدون فعله؟

---

(١) Will

(٢) Intention

(*) النية: إرادة تتقدم الفعل بأوقات (المترجم).

(٣) Volition

(**) الاختيار: إرادة الشيء بدلاً من غيره، من غير إلجاء واضطرار، والاختيار خلاف الاضطرار. والإنسان قد يريد شيئًا مضطرًا، وعندئذ لا يُسمى مختارًا (الفروق فى اللغة، لأبى هلال العسكرى) (المترجم).

مقدمة:

"نعلم ما هو القيام من السرير فى صباح يوم مثلج فى حجرة بدون مدفأة، وهو المبدأ الحيوى داخلنا للاحتجاج ضد هذه المحنة. وربما بدا معظم الأشخاص فى الصباح عاجزين عن تنشيط أنفسهم لاتخاذ قرار القيام. ونفكر فى كيف أننا سنتأخر كيف ستتراكم واجبات اليوم، ونقول "يجب أن أقوم إن هذا لأمر مخز.....إلخ. إلا أن الغطاء الدافئ يبدو لذيذًا، كما أن البرد فى الخارج قاس جدًا ويتأجل الحل، ويتضاءل ويبعد ثانية وهنا نبدأ فى الاندفاع والمقاومة ونعبر نحو الحل الحاسم. والآن كيف أمكننا أن نقوم فى مثل هذه الظروف؟" (James, W, 1892, p. 424).

ربما كان وصف "وليم جيمس" (١٨٤٢-١٩١٠) للكفاح من أجل القيام من السرير فى الصباح أمرًا أليفًا لكل شخص. أما إذا وجد شخص لم يخبر هذا الموقف بالذات، فإنه توجد كثير من الأمثلة على حمل الشخص نفسه على فعل شيء معين. فالمرء يريد أو ينوى أن يفعل ويتجنب أن يفعل ما لا يريد أو ينوى فعله.

وقد كافح الفلاسفة لفهم هذه الظواهر، مستخدمين مصطلحات مثل الإرادة، والإرادة الحرة. ما طبيعة الإرادة والإرادة الحرة- أى القدرة على تنظيم السلوك، وأن نفعل وفقًا لما ننوي؟ ما الذى يسمح لنا بأن نشعر بالإرادة والإرادة الحرة؟ هل الحيوانات تسلك بإرادة وبإرادة حرة؟ هل كلبتى تظهر سلوكًا عمديًّا، عندما تأخذ يدى بقدمها وتخبرنى أنها تريد أن تُدلّل؟ هل السنجاب الموجود فى حديقة المنزل يظهر سلوكًا عمديًّا عندما يقدر مشكلة الحصول على الغذاء من صندوق غذاء الطائر، ويختار بدلاً من ذلك مسارات مختلفة عندما أحاول إعاقة كل منها؟

وغالبًا، كان علماء النفس يعارضون استخدام مصطلحات مثل نية، وإرادة، وإرادة حرة. لأنها تبدو غامضة وغائمة ويفضلون تركها للفلاسفة. ومن المؤكد أن السلوكيين لم يكونوا مهتمين بمثل هذه المصطلحات، لأنهم يعتنون بدراسة السلوك الصريح ويبعدون عن العقل. إلا أنه حتى غير السلوكيين كانوا حذرين من دراسة

مثل هذه الظواهر. كيف نعرف أن شيئا معينًا تم بشكل عمدى، سواء كان صادرًا عن كلب أو طفل أو مُدافع عن قضية إجرامية؟ هل لدى بعض الأشخاص قوة إرادة أكبر من الآخرين بالنسبة لبعض الأشياء وليس بالنسبة لأشياء أخرى؟ وإن كان هذا صحيحًا هل يمكن أن نعتمد تمامًا على التقرير اللفظى، أم هل يمكن أن ننشئ مقاييس أكثر موضوعية؟

إذا وضعنا فى حسابنا درجة تعقد هذه الأسئلة، فمن السهل أن نرى لماذا كل علماء النفس حذرون من مواجهتها. ومع ذلك هل يمكن لعلم الشخصية أن يتجاهل هذه الأسئلة التى تبدو أساسية لخبرتنا؟ فإذا عدنا لمثال وليم جيمس، فكلنا نعلم ما هو الكفاح مع هذه المشاعر. وربما كانت أصعب اللحظات التى تواجهنا صغوبة تتكون من هذا الكفاح. وعندما ينظر المرء فيما يحدث فى مثل هذه الأوقات، ويبدو أن من أهم العمليات الأساسية للأداء النفسى الأفكار أو المعارف المتصلة بما يمكن للمرء عمله، ودوافع عملها أو عدم عملها والصراعات بين الدوافع والمشاعر (أو الوجدان) التى ترتبط بالكفاح. وربما يمكن إضافة سِمة يقظة الضمير[١] لأن الشخص يقظ الضمير ملتزم ذاتيًا، ويداوم على أن يقوم بفعل حاسم للقيام من السرير قبل أن تزيد المقاومة.

ورغم أنه كان يتم تجاهل هذه الأسئلة فى الماضى، فإنه توجد علامات على أن علماء النفس وبوجه خاص علماء نفس الشخصية، يبذلون جهدًا للاستمساك بهذه الأسئلة. وكان تقديم نموذج الشخصية كآلة لمعالجة المعلومات، جزءًا من الثورة المعرفية كما لاحظنا من قبل عند مناقشة نظرية الهدف فى الفصل "٤" وما يتصل بها من نظرية التحكم لـ "كارفر" و"شير" فيما يتصل بتنظيم الذات فى الفصل "٨"، وكان الاهتمام بالسلوك الهادف– أى توجه الشخص أو الآلة نحو هدف أو غاية معينة– جزءًا من هذا النموذج، ومن اهتمامنا بالسلوك الهادف لدى الكائنات البشرية

---

(١) Conscientiousness

السؤال عن كيف نترجم النية إلى فعل وكيف نتحرك من الفكر أو من التصور لهدف معين إلى متابعته فعلاً (Cantor, 19990a; Frese & Sabini, 1985; Gollwizer & Bargh, 1996; Kuhl & Beckmann, 1985; Carver & Scheier, 1998; 1999).

وهذا يؤدى إلى تحول المعارف والدوافع والاستعدادات (السمات) للسلوك بطريقة معينة. ويوجه الاهتمام بالسلوك الغرضى إلى توجيه أسئلة، مثل: كيف نصنع مخططًا ليومنا وكيف نذهب إلى اتخاذ قرارات عندما يكون علينا الاختيار بين أنشطة؛ هل نعمل أم نلتقى بآخرين، نأكل أم نقوم بتدريب على أن نندمج مع هذا الشخص أو ذاك. وكما سنرى فى نهاية الفصل، فإن الاهتمام بالسلوك الغرضى يجذب إلى اهتمامنا مشكلة الإرادة الحرة، والأوقات المحيّرة والمهمة جدًّا التى لا نستطيع فيها أن نفعل ما نريد أن نفعله، أو نشعر أننا مضطرون إلى فعل ما لا نرغب فى فعله.

وهذه المشكلات المتصلة بالإرادة الحرة، لها أهمية خاصة، لأنها تبدو على أنها ضد مشاعرنا بأننا كائنات عاقلة، وأننا نستطيع أن نصنع قرارات معقولة حول ما نريد، ومن ثم الاختيار وفقًا لإرادتنا. وأول نموذج لهذا الكائن العاقل هو ما أطلق عليه اسم "نظرية القيمة المتوقعة[١]" التى سبق مناقشتها فى الفصل"٣". ووفقًا لنظرية القيمة المتوقعة عندما نواجه بقرار يتصل بفعل، فإننا نختار الفعل الذى يحقق أعلى تقدير لقيمة مكافأة. وتتحدد قيمة المكافأة بمقدار قيمة الناتج بالنسبة لنا واحتمال حدوث هذا الناتج. أى أننا فى سلوكنا لاتخاذ قرار نقوم بعمل استنتاجات سريعة تتصل باحتمال ما يمكن أن يؤدى إليه السلوك لما نريد وقيمة ما نريد. ويفترض وجود علاقة تمثل حاصل ضرب الاحتمال أو التوقع فى القيمة، ومن ثم تكون المعادلة التوقع × نظرية القيمة.

Expectancy-Value Theory (١)

وسواء قررنا أن نعمل أو نلعب، فإنما يتحدد هذا من خلال احتمال ما يــؤدى إليه من غاية معينة أو هدف، والقيمة التى نربط بينها وبين الهدف وكوننا نقرر أن نندمج فى علاقة مع هذا الشخص أو ذاك، إنما يتحدد بتقديرنا لاحتمال النجاح مــع كل منهما والقيمة التى ترتبط بالنجاح مع كل منهما، وهو نموذج شــديد العقلانيــة لاتخاذ القرار من الأشخاص! ولنستكشف الآن بعض هذه النماذج لسلوك الاختيار، ثم نذهب لننظر إليها فى داخل الإطار العام لنظرية الأهداف، ثم ننظر فى النهايــة فى جهود البحث، لننظر إلى عملية ترجمة الأهداف إلى فعل، كما ننظر فى الفروق الفردية فى الأهداف والعمليات الموجهة نحو الهدف.

سلوك الاختيار العقلى: التوقع × نظرية القيمة.

سنهتم هنا ببعض الأعلام الكبار فى نظرية قيمة- التوقع وللتأكد من أننا نفهم النظرية نأخذ مثالاً ذكره "وينر" (Weiner, 1992) عن اتخاذ أحد المراهنين لقرار فى سباق الخيل. إن ما يفعله المراهن هو حساب احتمال كسب كل حصان للسباق، ويضرب هذا فى فائدة أو فوز كل فرس لكى يصل إلى توقع ذاتى لفائدة كل اختيار. والفرس الذى يحصل على أعلى توقع ذاتى لفائدة[١] هو الذى يراهن عليه. وفى هذه الحالة فإن المراهنين يكون لديهم احتمالهم الذاتى لكل فرس سيفوز فــى الــسباق، ولكن القيمة أو الربح سيحصد من خلال حلبة السباق. وبالطبع فإن جانبًا آخر مــن الربح أو الفائدة يتحدد فى التوصل إلى قرار سليم، أو النقاط، أو تحديد الفــائز، أى أنه بالنسبة لبعض الأشخاص ليست النقود التى تدخل فى القمار، ولكن فكــرة أنــه على صواب أو السعى للإثارة وأن يكون فائزًا كبيرًا. والمسألة هنــا أن التوقعــات والقيم هى مسائل ذاتية تختلف حسب الأشخاص الداخلين فيها.

نموذج تولمان للسلوك الغرضى[٢]

من المناصرين المبكرين لنموذج قيمة- التوقع[٣] منظر التعلم المعرفى "إدوارد

Subjective Expectancy Utility (١)
Purposive Behavior (٢)
Expectancy – Value Model (٣)

شاس تولمان" (Edward Chase Tolman, 1925, 1932). وتولمان له إسهامه البارع نظريًا وتجريبيًا، وإن كانت إسهاماته للأسف غير معروفة هذه الأيام. وقد أكد على تأثير العمليات المعرفية على علاقات التنبيه والاستجابة، وكان من العلماء المنظّرين للتعلم الذى قبل كثيرًا من الإطار السلوكى، ومع ذلك فقد كان معجبًا بالسلوك المنمط والموجه نحو هدف أكثر من إعجابه بالسلوك الآلى الذى يشبه المنعكس، ولم تصدق الغرضية والمعرفية على البشر فقط بل كانت تصدق على الفئران أيضًا.

وأكد تولمان أهمية العوامل المعرفية فى التعلم. واعتقد أن الحيوان يتعلم خرائط معرفية أو توقعات حول أى أنواع السلوك يؤدى إلى أى النتائج، أكثر مما يتعلم ارتباطات آلية بين التنبيه والاستجابة. وبسبب تأكيد تولمان على المتغيرات المعرفية مثل التوقعات عبر متغيرات الحافز، تم توجيه النقد إليه لأنه جعل الفئران (أو الآدميين) يغرقون فى الفكر(Guthrie, 1952, P. 143). وقد وجه نفس الاعتراض إلى المؤيدين المبكرين للثورة المعرفية لتأكيدهم البارد للمعرفة وتجاهلهم للدافع والوجدان (Pervin, 1980). ومع ذلك فإن تولمان يعترف بأهمية الدافع والقيمة فى الأداء أو الفعل لهذا كان منبهرًا بالمثابرة إلى أن يتحقق الطابع الغرضى للسلوك.

وكل من التأكيد على الأهداف ذات القيمة والتأكيد على التوقعات، يمثلان أساسًا لنظرية تولمان لتوقع- القيمة. وهذه الكيفيات تعرف لدى تولمان بالطابع الغرضى للسلوك فى الحيوان والإنسان. ومثابرة النشاط مستقلة عما أثارها إلى أن تتحقق غاية معينة أو هدف معين.

بحوث ليفين عن مستوى الطموح(١):

فى نفس الوقت تقريبًا الذى كان "تولمان" يكوّن آراءه، كان "كيرت ليفين" عالم

(١) Level of Aspiration

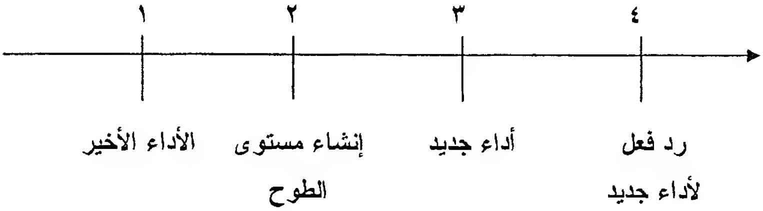
النفس الاجتماعي والشخصية يكوّن نظريته حول السلوك الموجه نحو هدف[١]. ولم يكن "ليفين" خائفًا من استخدام مصطلحات مثل، نية، وحاجة، وإرادة فيما يتصل بوجهة نظره الغرضية الموجهة نحو هدف للسلوك. وتأكيده على التوقعات والقيمة أو الوجهة[٢] ، كما عرفها القيمة الإيجابية أو السلبية المرتبطة بهدف. وكان هذا واضحًا في بحثه حول مستوى الطموح (Lewin, Dembo, Festinger & Sears, 1944). وفي بحثه عن مستوى الطموح درس كيف يحدد المبحوثون معايير وأهدافًا لأداء المستقبل، بما في ذلك تقدير صعوبة المهمة ومستوى قدرتهم. فمثلاً قد يطلب من المبحوثين أن يحددوا مسافات يستطيعون فيها إدخال كرة في الباسكيت بول، وبعد نجاحهم من مسافة قصيرة، قد يحاولون إلقاءها من مسافة أكبر. وترتبط مشاعر النجاح والفشل بتقويم للعلاقة بين إقامة مستوى للطموح (هدف) وبين الأداء الفعلي. ومع تزايد الخبرة بالنجاح المرتبط ببلوغ مستوى أعلى من الطموح (أهداف أصعب). وتزايد الخبرة بالفشل المرتبط بعدم بلوغ مستويات من الطموح ذات مستوى أدنى (أهداف أسهل) "أنظر كم أنا جيد – في مقابل – لا أستطيع حتى أداء هذا". ويقوم الأفراد في دراسات مستوى الطموح بعمل اختيارات تقوم على أساس احتمال النجاح وقيمة النجاح، وهذا الأخير يعتمد على الصعوبة المدركة للمهمة (انظر: الشكل ٩-١).

---

(١) Goal Directed Behavior

(٢) Valence

التتابع النموذجى للوقت



الشكل (٩-١)

يوضح أربع نقاط فى تتابع نموذجى للأحداث فى موقف مستوى طموح:

ويهتم باحثو مستوى الطموح بسؤالين، هما:

١- ما الذى يحدد هدف مستوى الطموح؟

٢- ما الذى يحدد رد الفعل لتحقيق أو عدم تحقيق الهدف أو إقامة مستوى للطموح؟

(Source: Adapted from " Level of Aspiration, "by K.A. Lewin, T. Dembo, L. Festinger, and P.S. Sears, 1944, in *personality and the Behavior Disorders*, p. 334, by J. McV. Hunt, Ed., New York: Ronald press).

نموذج روتر لقيمة التوقع(١):

كان الجدل قائمًا بين منظّرى التعلم فى الأربعينيات حول القيمة النسبية لتأكيد "تولمان" على المتغيرات المعرفية، وتأكيد "هل" حول متغيرات الحافز والتعزيز، وكما لاحظنا فى الفصل "٣"، فإن "روتر" صاحب الإسهام فى علم نفس الشخصية وعلم النفس العيادى، (Rotter, 1954) استخدم كلا الوجهتين من النظر لإنشاء نموذج لقيمة التوقع ومنحى التعلم الاجتماعى للشخصية. ووصفت بحوثه مع جورج

(١) Rotter's Expectancy – Value Model

كيلى (G. Kelley) بأنها أساس للمرحلة الحالية للمناحى المعرفية للشخصية (Cantor, 1990a).

ووفقًا لـ "روتر" فإن السلوك الممكن أو إمكان صدور سلوك نوعى فى موقف معين، هو دالة لتوقع مكافأة وقيمة مكافأة الهدف؛ أى أن إمكان السلوك هو دالة للتوقع× القيمة. أكثر من هذا من المهم أن نلاحظ أن التوقع والقيمة ذاتيان ومتنوعان من فرد إلى آخر فى أى موقف. أكثر من هذا فوفقًا لـ "روتر" يمكن وصف الموقف من ناحية النتائج التى يربطها الفرد مع مختلف السلوكيات فى الموقف. فكل سلوك ممكن فى الموقف يربط الفرد فيه بين احتمال نتائجه وقيمة هذه النتائج. ويكون الموقفان متشابهين بمقدار ما تبدو احتمالات نتائجهما متشابهة من ناحية الاحتمال والقيمة. أى أن الشخص يمكنه التنبؤ بأنه سيسلك بطريقة متشابهة فى المواقف المتشابهة، وبالمثل أيضًا يعرف من خلال احتمالات النتائج الذاتية. ويوجد دليل –وإن لم يكن كاملاً– على أنه على الأقل من ناحية التقرير الذاتى، فإن الشخص يسلك بطريقة متشابهة فى المواقف التى تبدو متشابهة من ناحية احتمالات نتائجها (أى التوقع × قيمة كل ناتج سلوكى فى الموقف) (Champagne & Pervin, 1987).

وهذا التأكيد على المحددات الموقفية للسلوك يمثل جزءًا من نظرية التعلم الاجتماعى والمعرفة الاجتماعية. وهو ملمح مهم يميز بينها وبين نظرية السمة (Michel, 1968)، ومع ذلك ينبغى أن نضع فى حسابنا أن الفرد هو الذى يعرّف التوقعات وقيم النتائج المرتبطة بالسلوك فى الموقف. أى جزء من الشخصية هو مجرد التوقعات والناتج كما لاحظنا فى الفصل "٣". ويؤكد "روتر" على التوقعات المعممة التى تشير إلى التوقعات التى تستمر عبر المواقف. بعبارة أخرى فبالإضافة إلى التوقعات المتصلة بعلاقات السلوك – والناتج فى مواقف نوعية، فإن الأفراد نتيجة لتاريخهم، لديهم معتقدات معممة حول أنفسهم وحول العالم.

وثمة نظريات أخرى تؤكد على نموذج قيمة– التوقع تم إنشاؤها

(Eccles & Wifield, 2002)، وكان لها تأثير فى كل من بحوث الدافعية العامة والمواقف التنظيمية- الصناعية (Lacke & Laham, 1990). وكما لاحظنا، العناصر المشتركة هى التأكيد على التوقعات الذاتية والقيم التى تؤدى إلى اختيارات عقلية قائمة على أقصى فائدة متوقعة ذاتيًا. ورغم أنه يفترض أن التوقعات والقيم تعتمد على الخبرة الماضية، فإنه يتفاوت الانتباه الذى يعطى إلى العمليات النوعية المرتبطة بهذه الارتقاءات. ويغلب أن تركز البحوث على ما سيفعله الفرد عندما يواجه باختيارات نوعية فى مقابل كيف يبدأ الشخص نشاطًا. وغالبًا فإن هذه النماذج لقيمة التوقع لا تدخل فى سياق نموذج كامل لسلوك غرضى موجه نحو هدف، وسوف نعرض فى الفقرة التالية تخطيطًا لهذا النموذج، ثم نعود إلى جهود البحث القائمة على مفاهيم تتصل بالهدف.

ركود السلوك وتدفقه: نحو نظرية للأهداف.

يوجد اليوم كثير من المفاهيم والنظريات الجيدة لأداء نسق الهدف (Austin & Vancouver, 1996; Emmons, 1997; Ford, 1992; Little, 1999; Pervin, 1983, 1989). والمناقشة التالية تمثل كثيرًا من العناصر الأساسية لهذه الوجهات من النظر. رغم أنها تحتوى أيضًا على عناصر قد لا يوافق عليها أنصار وجهات النظر المختلفة، أو الذين يؤكدون على جوانب مختلفة. وقد تم تطويرها لكى تحتفظ بتأكيد التعلم الاجتماعى والنظرية المعرفية لتنوع السلوك من موقف إلى آخر، وتأكيد نظرية السمة على استقرار السلوك عبر المواقف.

فى إحدى السنوات كان لدىّ مبحوثون فكروا فى سلوكهم عبر أيام كثيرة. وفى كل موقف يمتد "٢٠" دقيقة أو أكثر، كان المبحوث يصف الموقف وسلوكه فيه. وأمكن الحصول على مشاهدة واضحة، وتبين أن الأشخاص يتميزون فى أدائهم بكل من الاستقرار والتنوع فى أدائهم، أى لديهم كل من خصلتى الاستقرار وتنويع السلوك لمواجهة الحاجات والظروف المتغيرة، وهذا ما أطلقت عليه مصطلح ركود السلوك وتدفقه. فالأشخاص مستقرون ومتغيرون خلال حياتهم اليومية، وأى نظرية

للشخصية يجب أن تضع فى حسابها هذا التفاعل بين الاستقرار والتغير، بين الركود والتدفق، ويصعب أن يكون الشخص متكيفًا مع بقائه بنفس الحال فى كل المواقف. ونفس الشيء صحيح بالنسبة لحالة تكرار التحول من موقف إلى آخر مثل كرة البنج بونج.

وبالإضافة إلى ملاحظة كل من الاستقرار والتغير، فإن ملاحظة التدفق اليومى للسلوك تدل على حقيقة أخرى. فبالنسبة لمعظم الأشخاص توجد كيفية منمطة ومنظمة لسلوكهم. ويبدو أن هذا التنظيم موجه نحو نقاط غاية أو أهداف أكثر مما يرتد هنا وهناك من كرات البنج بونج، فالأشخاص يتابعون بنشاط نقاط غاية أو أهداف ويطوّرون خططًا واستراتيجيات لتحقيق هذه الأهداف. أى أنه يوجد نمط للسلوك هو الذى يمكن تقديره من خلال دراسة السلوك عبر مختلف المواقف وعبر فترات ممتدة من الوقت. ويمكن أن نذهب بعيدًا إلى القول بأن الشخصية هى تفاعل بين الاستقرار والتنوع، عندما يحتفظ الشخص باتساق وتوجه نحو هدف أثناء استجابته لمتطلبات مواقف معينة. ومن هذه الوجهة من النظر، فإن السلوك الإنسانى معقد ويتحدد من خلال قوى متعددة، غرضية أو موجهة نحو غاية ومتكيفة لكل من حاجات الشخص للإحساس بالاستمرار والاتساق وكذلك حاجته لأن يكون قادرًا على التوافق بمرونة للمتطلبات الموقفية. وفيما يلى محاولة لتحديد هذه العناصر:

١- توحي نوعية السلوك الإنساني المنمطة والمنظمة، بأنه موجه نحو نقاط غاية أو أهداف، أى أن السلوك مدفوع، كما أن مفهوم الأهداف مقترح بوصفه مفهومًا دافعيًّا مفيدًا. والأهداف قد تكون معقدة أو بسيطة، شديدة الأهمية أو أقل أهمية أو ذات أهمية قصيرة المدى (أى تقوم بدور فى هذه اللعبة) أو لها دلالة بعيدة المدى (أى لها طبيعة تنافسية مهنية أو تؤدى إلى حياة أسرية جيدة)، ومن المهم التمييز بين أهداف غايات معينة، والخطط التى تمثل طرقًا ومسارات نحو بلوغ الهدف. فمثلاً إذا كان هدفى أن أصبح مهندسًا، فإن خطتى هى أخذ دراسات هندسية، ورغم وجود تنوع ضخم فى أهداف الأفراد فى كيف يمكن تنظيمها، فإن

معظم الأفراد يشتركون فى بعض فئات الأهداف (انظر: الجدول رقم ٩-١).

٢- ترتبط بالأهداف خصائص معرفية ووجدانية وسلوكية صريحة. ويتضمن المكون المعرفى للهدف تصورًا ذهنيًّا أو صورة للهدف. فالمرء لا يستطيع أن يكون له هدف دون تصور لما يكافح من أجله، تمامًا مثل منظم حرارة المنزل[1]: لا يمكنه أن يتحكم فى حرارة الحجرة دون تصور لدرجة الحرارة "المرغوبة" ومع ذلك فوجود تصور للهدف، لا يعنى أن كل الأهداف شعورية، إننا نكون غالبًا على دراية بأهدافنا، إلا أنه أحيانًا أخرى لا نكون على دراية بهذه الأهداف. وأحيانًا يكون التقرير الذاتى مقياسا دقيقًا للنسق الدافعى، إلا أنه أحيانًا أخرى لا يكون كذلك، أى أنه أحيانًا يستطيع الأشخاص أن يخبرونا بما يفعلون إلا أنه فى أوقات أخرى قد لا يستطيعون أن يقرروا لماذا يسلكون سلوكًا معينًا، أو يعطون أسبابًا مقبولة اجتماعيًّا أكثر مما يعطون الأسباب الحقيقة للسلوك. وهذا يعكس الفرق بين المبررات والأسباب، الأولى تشير إلى الشرح الذى يعطيه الأشخاص، أما الأخيرة فتشير إلى المحددات الفعلية للسلوك. فمثلاً قد يقول أشخاص إنهم غفلوا عن فعل شىء ما لأنهم نسوا أو أن لديهم أشياء كثيرة لعملها، بدلاً من أن يقولوا إنهم كانوا على وعى أو غير وعى بأنهم لا يريدون فعله. بالإضافة إلى المعرفة أو التصور الذهنى، يرتبط بالأهداف وجدانات[2] وانفعالات، والأهداف ترتبط باللذة والألم، فالمرء يسعى إلى بلوغ أشياء ترتبط باللذة ويتجنب الأشياء التى ترتبط بالألم. ومع ذلك فإن المدى الذى يرتبط به الوجدان بالأهداف أكثر تعقيدًا من مجرد اللذة والألم. فالشخص يشعر بالفخر إذا نجح، وبالخزى إذا فشل، ويشعر بالحب لشريكه فى الحياة، وباحتقار عدوه.

---

(١) Thermostat

(٢) Affects

الجدول (٩- ١)

فئات الأهداف المستمدة من ترتيب مبحوث للأهداف

فئة الأهداف	توضيح الأهداف
١- تقدير الذات وتقبل الذات	الاحتفاظ بتقدير الذات، وتجنب الفشل واكتساب القبول وتجنب الرفض والتقدم فى مسار المهنة، والإكمال بنجاح، وتوكيد الذات وتجنب الخزى.
٢- الاسترخاء والمرح والصداقة	يمزح، يزيد المودة، يسترخى، يقيم صداقة، يعطى عاطفة ويتجنب الوحدة.
٣- العدوان والقوة	يؤذى شخصًا معينًا، ويتجنب السيطرة والتحكم، ويتجنب الشعور بالضعف، ويؤثر أو يتحكم فى الآخرين.
٤- خفض التوتر والصراع والتهديد	يخفض القلق ويتجنب الرفض ويتجنب الصراع أو عدم الاتفاق، يعمل ما هو صحيح ويتجنب الشعور بالذنب ويتجنب اللوم أو النقد.
٥- الود(١) والمساندة	يُشعر الآخرين بالود، ويقدم مساندة ومساعدة ويزيد من الود.

(Source: "The Stasis and Flow of Behavior: Toward a Theory of Goals," by L. A. Pervin, 1983, in *Personality: Current Theory and Research* (P. 36), by M.M. Page (ed.), Lincoln: University of Nebraska Press. Reprinted from the 1982 Nebraska Symposium on Motivation by permission of the University of Nebraska Press. Copyright 1983 by the University of Nebraska press).

ومن المهم أن نلاحظ هنا أننا نوحى بأن المكون الوجدانى للأهداف هو الـــذى يعطيها قوتها الدافعية.

وأخيرًا، فبالإضافة إلى هذه الخصائص المعرفية والوجدانية، ترتبط الأهــداف بخطط سلوكية وهذه الخطط تتضمن تصورًا معرفيًّا للأنشطة الضرورية لإنجاز كل هدف، وبعض التقدير لقدرة الشخص على أداء الأنشطة الضرورية.

---

(١) Affection

٣- أهداف الشخص منظمة في بناء هرمي، مما يسمح في نفس الوقت بالأداء المرن الدينامي. وما نوحى به هنا هو أن الأهداف منظمة بطريقة هرمية بحيث تتضمن بعض الأهداف في موضع أسمَى وأهداف أخرى في موضع أدنى. فالشخص قد يكون لديه هدف أسمى بأن يكون سعيدًا في حياته أو أن يكون طيبًا، وقد تتمثل الأهداف الأدنى في تكوين أسرة، أو مسار مهنى أو كلاهما في الحالة الأولى، أو أهداف أدنى لمساعدة الآخرين والالتزام بالأخلاق في الحالة الثانية، ومع ذلك فإن بناء النسق قد يتغير بحيث يتحول ما له أهمية أكبر بحيث يصبح الهدف أقل أهمية. فبالنسبة لأحد الفئران قد يكون الأكل أكثر أهمية من الشرب. وأحيانًا يكون العكس. وبالنسبة للبشر فقد يكون كَوْن الشخص طيبًا له أهمية مرتفعة أكثر من أن يكون فرحًا. إلا أنه أحيانًا يصبح كَوْن الشخص مرحًا له مكانة أعلى. أى أنه مع وجود بناء عام للهدف، فإن الشخص قادر على تكييف هذا البناء لكى يستجيب للحاجات الداخلية والخارجية.

جانب آخر من جوانب أنساق الهدف هو أن الأهداف داخل النسق يمكن أن تكون متكاملة أو فى صراع. ويكون الهدفان متصارعين عندما يكون السعى لتحقيق أحدهما متعارضًا مع السعى لتحقيق الآخر.

٤- يتضمن الأداء الدينامى لنسق الهدف التنشيط والاحتفاظ والإتمام للنشاط الهادف، ماذا يعنى أن هذا ينشط السعى لهدف معين؟ كيف نتمكن من الاحتفاظ بمتابعة هدف طويل المدى عبر وقت ممتد ومن خلال عقبات كثيرة؟ متى نتوقف فى النهاية عن متابعة هدف؟ هذه أسئلة تتضمن أداء نسق هدف دينامى، مما يوحى بأن الأهداف حاضرة دائمًا فى النسق، مثل البرامج التى تخزن فى الحاسب الآلى. ويمكن أن ينشَّط الهدف من خلال تنبيه خارجى أو تنبيه داخلى (مثل الجوع أو العطش) أو من خلال فكرة أو صورة. ويبدو أن كثيرًا من الأهداف يتم تنشيطها بطريقة غير واعية كجزء من الاستجابة الآلية التى يتم تقويمها بطريقة إيجابية أو سلبية (Bargl & Ferguson, 2000; Chen & Brgh, 1999). وبعبارة أخرى

نواجَه بتنبيهات بيئية (مثل شخص جذاب أو طعام أو فـيلم سـينمائى أو برنـامج تليفزيونى) تقوم بتحريكنا بشكل غير واع نحو الأهداف المتحركة التى هى مختزنة بالفعل داخلنا. وفى نفس الوقت فإن هذا التنشيط الآلى لا يعوق اتخاذ قـرار أكثـر وعيًا يتصل بالفعل الموجه نحو الهدف. وحيث تنشط عدة أهداف، سواء بـوعى أو بغير وعى، فإن قرارًا يتخذ بأى الأهداف يمكن متابعته. ويتضمن التقدير سعيًا يشبه ما يوحى به نموذج قيمة التوقع. ويتم تقدير القيمة أو أهمية الهدف واحتمال النجاح فى إنجازه، وأيضًا لا يحتاج هذا التقدير أن يكون على مستوى الوعى.

وبمجرد تنشيط الهدف يوجّه جهد معرفى نحو تقدير كيف يمكن إنجاز الهدف على خير وجه. ويتضمن هذا تنفيذ خطط أو وسائل يمكن من خلالها تحقيق الهدف.

نظرية الهدف: إحدى التحديات التى تواجه نظريات الدافعية، وتتمثل فـى تفـسير كيف يستطيع الأشخاص الاحتفاظ بجهد عبر فترات ممتدة مـن الـزمن لتحقيـق أهداف بعيدة.

وتؤكد بعض البحوث المهمة، أهمية الخطط فى الأفعال الموجهة نحو هدف. وهذا البحث يختبر دور المحاكاة الذهنية فى التحرك من التفكير إلى الفعل (Pham & Fayler, 1999). فقبل امتحان نصف الفصل بمدة تراوحت بين "٥ و٧" أيام طلب من مجموعات من طلاب السنوات الأولى بالجامعة تصور ذهنى عن الأداء الجيد على الامتحان (أى وجود عادات دراسية جيدة) وقامت مجموعة أخرى بتمنى عائد مرغوب (أى الحصول على درجة جيدة) وقامت مجموعة ثالثة بتصور كل من عملية الأداء الجيد على الامتحان والحصول على عائد مرغوب، أما المجموعة الضابطة فلم تركز على شيء. والسؤال الذى يتم التحقق منه هو إن كانت المجموعات تختلف فى عدد الساعات التى تم دراستها، والفرق بين ساعات الدراسة المخططة والساعات الفعلية، والفرق فى درجة الامتحان.

وأوضحت النتائج أن مجموعة التصور الذهنى للأداء الجيد على الامتحان (أو تمنى عائد مرغوب) تميزت بدرجة ذات دلالة بالنسبة لكل من إجمالى الساعات التى تمت دراستها، والتخطيط لساعات أقل للدراسة ودرجات الامتحان (نظر الجدول ٩-٢). وهذه المجموعة لم تدرس أكثر فقط، وإنما اندمجت فى المزيد من التخطيط، والشعور بقلق أقل. ومع ذلك، فإن هذه المجموعة لم تقرر أنها أكثر رضا عن إعدادها أو أدائها. وذكرت أنها لن تستخدم هذه التنبيهات الذهنية فى المستقبل! ورغم فوائد التفكير فى كيفية عمل شيء معين، فإن الأشخاص يستعدون غالبًا للتركيز فى الهدف ذاته.

الجدول (٩-٢)

مجموع الساعات المدروسة والتخطيط لتقليل ساعات الدراسة الفعلية، ودرجات الامتحان كدالة وناتج لعملية المحاكاة (التصور).

وتوضح البيانات قيمة حقيقية فى عملية المحاكاة (تصور كيفية القيام بها) من خلال الساعات المدروسة والأداء على الامتحان.

	التحكم	الناتج	العملية	مزيج
مجموع الساعات المدروسة	١٤,٥	١١,٥٧	١٦,٠٧	١٧,١٢
الساعات ألفعلية المخطط للدراسة	٤,٥٩	٥,٠٠	٠,٩٧	١,٦٠-
درجة الامتحان (%)	٧٧,٦٨	٧٧,٥٧	٨٠,٦٠	٧٧,٢٨

(Source: "From Thought to Action of Process- Versus Outcome- Based Mental Simulations on Performance," by L.B. Pham & S.E. Taylor, 1999, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25P. 255. Copyright by Sage Publication and reprinted by permission).

وبمجرد الاندماج فى فعل موجه نحو هدف، فإن النشاط يظل باقيًا خلال تركيز مستمر فى التصور الذهنى للهدف. ويؤكد كل من "كارفر" و"شير" (Carrver & Scheier, 1998, 1999) وجود مقارنة مستمرة لأين يقع الشخص فى علاقته بالنسبة لتصور نقطة الغاية المرغوبة، مثل معدّل الحرارة يقارن حرارة الغرفة بنقطة مرغوبة معينة. وعلى العكس من معدّل الحرارة فإن الشخص يشعر بانفعالات كلما اقترب أكثر من الهدف. ووفقًا لهذين المؤلفين فإن الطابع العام لمشاعر الفرد إنما هى نتاج لجودة أو سوء التقدم نحو الهدف، مع الشعور بسعادة، عندما يحدث تقدم، ويتضاءل القلق والإحباط والحزن.

كيف نستطيع متابعة أهداف عبر فترات ممتدة من الوقت، عندما نواجه إحباطًا دوريًّا؟ تتضمن متابعة الأهداف طويلة المدى عناصر سبق ملاحظتها، بالإضافة إلى عناصر إضافية. وبوجه خاص، فإن متابعة الأهداف طويلة المدى

يمكن الاحتفاظ بها من خلال إنجازات دورية لأهداف فرعية، ومن خلال تعزيز ذاتي من خلال انفعالات مثل الفخر والخزى (Bandura, 1986, 1999, 2001). وبعبارة أخرى لكي نحتفظ بجهد على المدى الطويل لابد أن نقيم تنظيمًا متسلسلاً لأهدافنا، مع تقسيمات فرعية إلى أهداف مباشرة وأخرى بعيدة المدى. وأن نستطيع أن نقول لأنفسنا إننا نعمل شيئًا جيدًا أو إننا لا نعمل عملاً جيدًا ولا بد من بذل المزيد من الجهد مع توفر ما يسميه "هيجينز Higgins" المعايير الذاتية المثالية الواجبة(1) (انظر الفصل ٨).

وأخيرًا فإننا نكمل النشاط الموجه نحو هدف، عندما يتم تحقيق الهدف، وعندما يتم تقدير أنه من غير المجدى القيام بمزيد من الجهد، وفي هذه الحالة فإن هدفًا آخر يأخذ الصدارة بدلاً من الهدف الذى كان يوجّه السلوك إليه.

ينبغى أن يوضع فى الذهن مبادئ أداء نسق الهدف الدينامى، وفيما يلى أربعة مبادئ أساسية، الأول: معظم أنماط السلوك المعقد تتضمن تفاعلاً بين كثير من الأهداف فى نفس الوقت، فقد نسعى لمسار مهنى لإرضاء كثير من الأهداف. ويطلق على هذا اسم مبدأ تعدد النوايا(2). الثاني: رغم أن مبدأ تعدد النوايا يوحى بأن الأهداف يمكن أن تتكامل مع بعضها الآخر، ومن ثم يمكن إنجازها متآنية، فإنه يمكن أيضًا أن تتصارع الأهداف مع بعضها. وبوجه عام فإن نسق الهدف لدى الفرد يمكن أن يعكس تكاملاً كبيرًا أو صراعًا كبيرًا. الثالث: قد يتم بلوغ نفس الهدف من خلال وسائل أو خطط متعددة. فتوجد أكثر من طريقة لجعل الشخص شعبيًا أو ناجحًا. ويطلق على هذا اسم مبدأ تساوى الإمكانات(3)، أو إمكان أن يؤدى هدف معين إلى أنماط مختلفة من السلوك وبعبارة أخرى، "توجد أكثر من طريقة لتأديب قطة". الرابع: يمكن أن يعبر نفس السلوك عن عملية أهداف كثيرة مختلفة.

---

(1) Ideal And Ought Self Standard

(2) Multidetermination

(3) Equipotentiality

فالابتسامة قد تعبر عن دفء حقيقى أو عن مشاعر عدائية، كما أن الضحك قد يعبر عن السرور عند سماع نكتة أو عن جهد لإخفاء قلق اجتماعى. وهذا يمثل مبدأ "تساوى الغاية[1]"، أو إمكان أن تؤدى أهداف مختلفة إلى نفس السلوك؛ وبعبارة أخرى: "أنت لا تستطيع أن تحكم على كتاب من خلال غلافه". ويفترض أن هذه المبادئ الأربعة -كما تتمثل فى تعدد النوايا، وتكامل الأهداف فى مقابل صراعها، وتساوى الإمكانات، وتساوى الغايات- تمثل أساسًا لفهم الجوانب الدينامية لأداء نسق الهدف.

٥- يتضمن الارتقاء زيادة توسع الجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية لنسق الهدف. وينبغى أن تصف نظرية الأهداف، كيف يتم اكتساب الأهداف، وكذلك ارتقاء أنساق الأهداف. ويفترض أن القوى الدافعية للأهداف مستمدة من ارتباطها بالوجدان. وبناء على الرأى المعروض هنا، فإنه أثناء مسار الارتقاء يربط الشخص الوجدان بالأشخاص والأشياء والأماكن وهكذا. وقد يقوم الارتباط بين الوجدان وأحد الأشخاص أو أحد الأشياء على أساس خبرة مباشرة مثل التشريط الكلاسيكى[2] أو مشاهدة كما فى التشريط أو التعلم بالعبرة (Bandura, 1986) وأى شىء يمكن أن يصبح هدفًا من خلال ارتباطه بالوجدان.

يبدو أن الارتباط بين الوجدان والأشخاص والأشياء، يكون شديدًا أثناء السنوات الأولى من الحياة، أى أن كثيرًا من أنواع التفضيل والنفور مستمدة من السنوات الأولى. فمثلاً معظم الأشخاص لديهم تفضيلات لأطعمة وروائح ترجع إلى الطفولة، ومن الصعب جدًا تغييرها. وفى نفس الوقت، فإن الارتباطات الوجدانية تتغير أثناء الارتقاء، حيث يتم بلوغ أهداف جديدة، وبعض الأهداف يستغنى عنها. ومفهوم أولبورت (Allport, 1961) عن الاستقلال الوظيفى له صلة بما نقول، إذ يفترض "أولبورت" أن النشاط الذى يخدم حافزًا أو حاجة قد يصبح مصدرًا للسرور

---

(١) Equifinality
(٢) Classical Conditioning

ودافعًا مستقلاً. وفيما يتصل بالنظرية التى قدمت، فإن نشاطًا تم أداؤه أصلاً لخدمة هدف معين قد يأخذ خصائص الهدف نفسه، نظرًا لارتباطه بالوجـدان الإيجـابى. فمثلاً الشخص قد يدرس للحصول على درجات جيدة، إلا أنـه قـد يتحـول إلـى الاستمتاع بالدراسة فى ذاتها. أى أن النشاط أصبح مستقلاً وظيفيًّـا عـن جـذوره الأولى.

وينبغى أن نلاحظ أن الشخص يكتسب أثناء الارتقاء قدرات معرفية متزايدة. وهذه القدرات تمكّن من تعقد أكبر لتنظيم الأهداف، ومزيد من التعقيد فـى تنظـيم الخطط لإنجاز الأهداف. ومع الارتقاء يستطيع الشخص أن يفكر فى مزيـد مـن الأشياء التى يريد إنجازها أو تجنبها، ومزيد من الطرق التى يمكن من خلالها إنجاز هذه الأشياء. وبارتقاء الشخص أيضًا يصبح أكثر قدرة على التفكير فى المستقبل وأن يرجئ اللذة الحالية سعيًا إلى لذة متوقعة .(Michel, 1990)

وأخيرًا، فمن ناحية السلوك، فإن الارتقاء يتضمن زيادة المهارات الـسلوكية والقدرات التى تيسر بلوغ الهدف.

ينبغى أن يكون واضحًا أن ما تم وصفه هو ارتقاء نسق هـدف لـه شـبكة علاقات معقدة من الأهداف والخطط المترابطة. أى أن الارتقاءات فى أحد جوانب نسق الهدف، قد يكون لها تضمينات بالنسبة للقيمة الوجدانية للأهداف المتصلة، كما أن المهارات التى ترتقى يمكن استخدامها لبلوغ هدف آخر.

٦- يمكن فهم الاضطرابات النفسية المَرَضية من خـلال غيـاب الأهـداف وصراع الأهداف (الصراع بين الرغبات والمخاوف) أو مواجهة مـشكلات عنـد محاولة تنفيذ الأهداف. وتتضمن النظرية إعادة تنظيم عناصـر نـسق الهـدف أو الطرق التى يمكن بها تحقيق الهدف. ويمكن أن تقوم الأهداف على أساس الوجدان، بوجه عام، الإيجابى والسلبى. ولهذا يمكن الحديث عن الأهداف من خلال الرغبات

والمخاوف، ونقاط الغاية[1] التى يسعى الشخص إلى تحقيقها (الرغبات) ونقاط الغاية التى يسعى الشخص لتجنبها (المخاوف). ويوجد دليل واضح على وجود علاقة بين أهداف إيجابية يُقبل عليها الشخص وبين حسن الحال النفسية[2] (Emmons, 1999) وعلى العكس، يوجد ارتباط بين التركيز على التجنب للأهداف وبين انخفاض تقدير الذات والتشاؤم والاكتئاب (Coats, Janoff- Bulman & Alpen, 1996) ويرتبط وجود استثمار قوى فى أهداف إيجابية بانفعالات ومشاعر إيجابية للإنجاز، ومع ذلك فإن الاستثمار القوى فى الأهداف قد يرتبط بالقلق المرتبط بتوقع الفشل (Pomerantz, Saxon & Qishi, 2000).

وأحيانًا يكون الأشخاص فى كرب [3] لافتقادهم الأهداف. وهذا يصْدق بوجه خاص فى نهاية المراهقة وبداية الرشد، عندما لا تكون أهداف المسار المهنى قد تحددت بعد، أو أثناء مرحلة التقاعد عندما ينبغى إيجاد بديل عن نشاط العمل يشغل جزءًا مهمًا من حياة الفرد، ويكون الأفراد غالبًا فى كرب بسبب الصراع بين الأهداف. فمثلاً، يشعر الأشخاص غالبًا بصراع الإقدام- الإحجام بين هدف الود (الإقبال) وهدف تجنب العصف بتقدير الذات (تجنب). وعندئذ تكون مهمة العلاج النفسى هى مساعدة الشخص على أن يجد وسائل تُحدث تكاملاً بين الأهداف التى كانت من قبل متصارعة؛ ففى المثال السابق، مساعدة الشخص على أن يحصل على الود دون خوف لفقدان دال لتقدير الذات. وينبغى أن يلاحظ هنا أن العلاج قد يتضمن صراعات نوعية بين الأهداف، إلا أنه يمكن أن يتضمن إعادة تنظيم لنسق الهدف، وهذا لا يحتاج أن يُدخل فى هذا تكوين نسق جديد للأهداف، وإنما إقامة علاقات جديدة بين الأهداف، وتكاملاً عامًا أكثر داخل نسق الهدف. وتشبه هذه النظرة للتغير العلاجى تأكيد"كيلي" (Kelly, 1955) لتغير البناء فى نسق البناء

---

(1) End Points

(2) Psychological Well- Being

(3) Distress

الشخصي[١]، وباستثناء هذه الأهداف يتم تأكيد البناءات. وخلال هذه الارتقاءات يظل الشخص أساسًا كما هو، رغم أنه يخبر تغيرًا أساسيًا.

وما تمت محاولته هنا هو تصوّر واسع لأداء نسق الهدف. والتأكيد هنا على جوانب أداء النسق الدينامية، وعلى التفاعل بين المعرفة والوجدان والسلوك. وكما لاحظنا، فإن هذا الأداء أو التوظيف يشبه وجهات النظر الأخرى التي تؤكد الغَرَضية الموجهة نحو هدف لأداء الشخصية. ومن الواضح أنها متأثرة بالنماذج المرتبطة بالثورة المعرفية، التي تؤكد على العائد[٢] وأنساق التحكم. وفي نفس الوقت، فهي متأثرة أيضًا بوجهات النظر إلى الكائنات الحية ككائنات مدفوعة بدوافع ذات غرض، وموجهة نحو هدف (Pervin, 1983). وربما كان أهم ما يميز هذا النموذج عن غيره من النماذج الحالية هو التأكيد على الوجدان، وبوجه خاص، على دور التشريط الكلاسيكي للوجدان في اكتساب الأهداف. ومعظم النماذج الأخرى تعطي اهتمامًا أقل للوجدان ولمسألة كيف يتم اكتساب الأهداف في المرتبة الأولى. وسوف نعود إلى هذه النقطة فيما بعد في هذا الفصل. وربما وجدت نقطة أخرى للتمييز هي الاعتراف بالأهمية الممكنة للأهداف غير الشعورية، رغم عدم وجود وسائل لتقدير هذه الأهداف. والآن لنبدأ بهذا المفهوم الواسع ونضع في حسابنا مختلف برامج البحث التي أكدت على الأهداف، وعلى حركة الشخص من التفكير إلى الفعل.

الأهداف، وتنظيم الذات، والفعل: برامج بحثية:

سنركز في هذه الفقرة على برامج بحثية نوعية، تركز على مفاهيم الهدف. وسنركز أحيانًا على تنظيم الذات[٣] أو على العمليات الداخلية التي تراقب التقدم نحو بلوغ هدف، ونوجه جهدًا للربط بين المتغيرات المعرفية والوجدانية والدافعية في

---

(١) Personal Structure System
(٢) Feed- Back
(٣) Self- Regulation

صورة شاملة لحركة الشخص نحو الفعل. وكما سنرى يوجد فرق بين المناحى التى يمكن استخدامها. ومع ذلك فإن ما يوحّد بينها للمناقشة هنا هو التأكيد المشترك على مفهوم الهدف كطريقة لتصور فكر الشخص وفعله.

نموذج باندورا لمعايير الأهداف وتنظيم الذات:

تمت الإشارة فى عدد من المواضع إلى نظرية المعرفة الاجتماعية[١] لـ "ألبرت باندورا"- فى الفصل "٣" فيما يتصل بالوحدات المعرفية للشخصية، وفى الفصل "٨" فيما يتصل بالاعتقادات فى كفاءة الذات[٢]. وهنا نؤكد على منحى الدافعية لديه. اهتم "باندورا" (Bandura,1999, 2001) اهتمامًا كبيرًا بالعمليات الوجدانية والدافعية، وهو يستمر فى إخفاء عمله الدافعى فى إطار معرفى: "إن القدرة على الدافعية الذاتية والفعل الهادف تمتد جذورها فى النشاط المعرفى، فأحداث المستقبل لا يمكن أن تكون أسبابًا للدافعية الحالية أو الفعل. ومع ذلك، فمن خلال التصور المعرفى فى الحاضر تتحول أحداث المستقبل المتصورة إلى دوافع ومنظِّمات للسلوك" (P.19, 1989b). وكما سبق أن افترضنا فى العرض السابق لنظرية الأهداف، فإن تصور الأهداف والنشاط المعرفى، هو الذى يؤثر فى السلوك حاليًّا. ويؤكد "باندورا" أن النشاط المعرفى يتبدى فى تصور أهداف، وفى توقع نواتج من مختلف الأفعال، وعمل أنواع من العزو لأنواع من النجاحات والفشل فى الماضى، ويقوم بتقديرات لكفاءة الذات. كما يؤكد إمكان وجود جهد إنسانى أو إمكان ممارسة الأشخاص نوعًا من التحكم فى نوعية الحياة، وهذا بالنسبة له جوهر الإنسانية.

وللنظر الآن إلى وجهة نظر "باندورا" لعملية الفعل كما تتخلق، مع التركيز على تأكيده على المتغيرات المعرفية ودورها الذى تلعبه فى تنظيم الذات. يمكن أن تبدأ عملية الفعل بوجود هدف أو معيار. فبالنسبة لـ "باندورا" تمثل المعايير

---

(١) Social Cognitive Theory

(٢) Self- Efficacy Beliefs

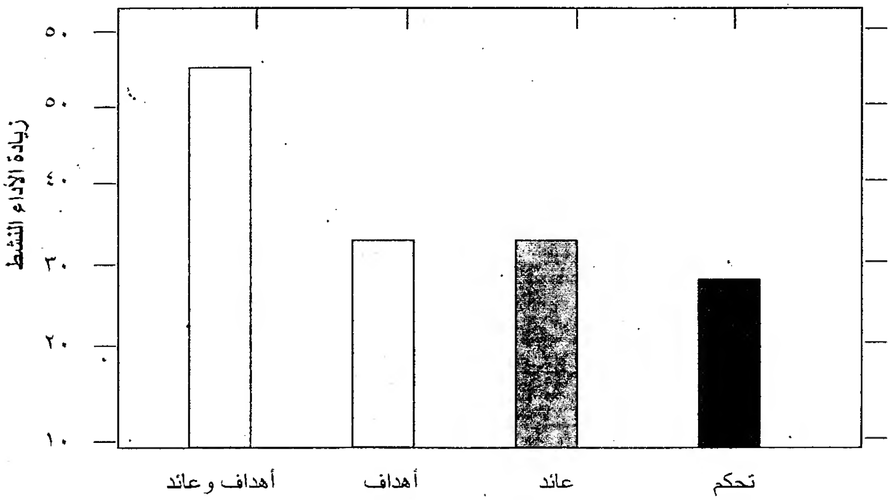
الداخلية[1] أهدافًا بالنسبة لنا لكى نحققها وأسسًا لتوقع التعزيز من الآخرين أو من أنفسنا. والذى ينشط الفرد هو إقامة هدف أو معيار، وتقدير الجهد اللازم لتحقيق المعيار، ومع النتائج المتوقعة لتحقيق أو عدم تحقيق المعيار، يوجد أمران لهما أهمية خاصة يجب أن يوضعا فى الذهن: **الأول** أن "باندورا" يؤكد كلاً من المعززات الداخلية والخارجية، فيما يتصل بتحقيق أو عدم تحقيق المعيار. وعلى هذا فإن الفخر فى حالة تحقيق المعيار، والشعور بالذنب أو الخزى عند الفشل، ينظر إليهما على أنهما قوى داخلية لتنظيم الذات. ومن خلال هذه العمليات للتعزيز الذاتى نستطيع أن نحتفظ بالسلوك عبر فترات ممتدة من الوقت فى حالة غياب معززات خارجية. **ثانيًا**: يفترض "باندورا" أن قوة الدافعية ليست مستمدة من الأهداف ذاتها، وإنما نتيجة أن الأشخاص يستجيبون بطريقة تقويمية لسلوكهم. وبعبارة أخرى، فإن الأهداف تنشئ المعايير للتقويم الإيجابى أو السلبى للذات، على أساس التقدم نحو، أو البعد عن، تحقيق الأهداف.

هل يوجد دليل على وجود دلالة دافعية للأهداف؟ فى دراسة لبذل جهد فى الأداء، أثبت "باندورا" أن الأشخاص الذين لا يجدون أهدافًا لأنفسهم، يبذلون جهدًا أقل ويتم تجاوزهم فى الأداء، من خلال من يجدون لأنفسهم أهدافًا منخفضة، وهؤلاء يتم تجاوزهم فى الجهد والأداء من خلال مَنْ يجدون لأنفسهم أهدافًا تتسم بالتحدى لأنفسهم. إذ إن الشخص عندما يحدد معيارًا أو هدفًا، يقوم بتقدير أحسن خطة أو استراتيجية لتحقيق الهدف، ولمقدار الجهد اللازم. ويعتمد الشخص خلال متابعته للهدف على عائد المعلومات المتصلة بالتقدم نحو الهدف. وفى بحث يتصل بهذا الموضوع (Bandura & Carvone, 1983) يقوم الشخص بأداء نشاط كبير فى أحد الظروف الأربعة التالية: وجود أهداف مع عائد عن الأداء. - وجود أهداف فقط.- وجود عائد فقط.- غياب الأهداف والعائد. وبعد هذا النشاط، الذى يتصف

---

(1) Internal Standard

بأنه جزء من مشروع لتخطيط وتقويم برامج ما بعد العلاج[١]، يقــدر المبحوثــون درجة رضاهم أو عدم رضاهم عن أدائهم لنشاطات كبيرة تالية، كما تمــت إعــادة قياس أدائهم النشط. وبناء على الفرض السابق، فإن الظرف الذى يجمع بين عائــد كل من الهدف والأداء له تأثير دافعى قوى، بينما لا يوجد تــأثير يمكــن مقارنتــه بالنسبة لكل من الأهداف فقط والعائد فقط، (انظر: الشكل ٩-٢) أى أن كــلاً مــن الأهداف والعائد لازمان للأداء النشط.



الشكل (٩-٢)

متوسط النسبة المئوية للزيادة فى أداء النشاط فى ظل ظروف تتوع فى الهدف وعائد الأداء.

ويوضح هذا الشكل أهمية المعلومات عن عائد الأهداف والأداء بالنسبة للدافعية.

(Source: From "Self- Evaluation and Self- Efficacy Mechanisms Governing th Motivation Effect of Goal Systems, " by A. Bandura and D. Cervone, 1983 *Journal of personality and Social Psychology*, 55, p. 1021. Copyright 1983 by th American Psychological Association. Reprinted by permission).

Postcoronary (١)

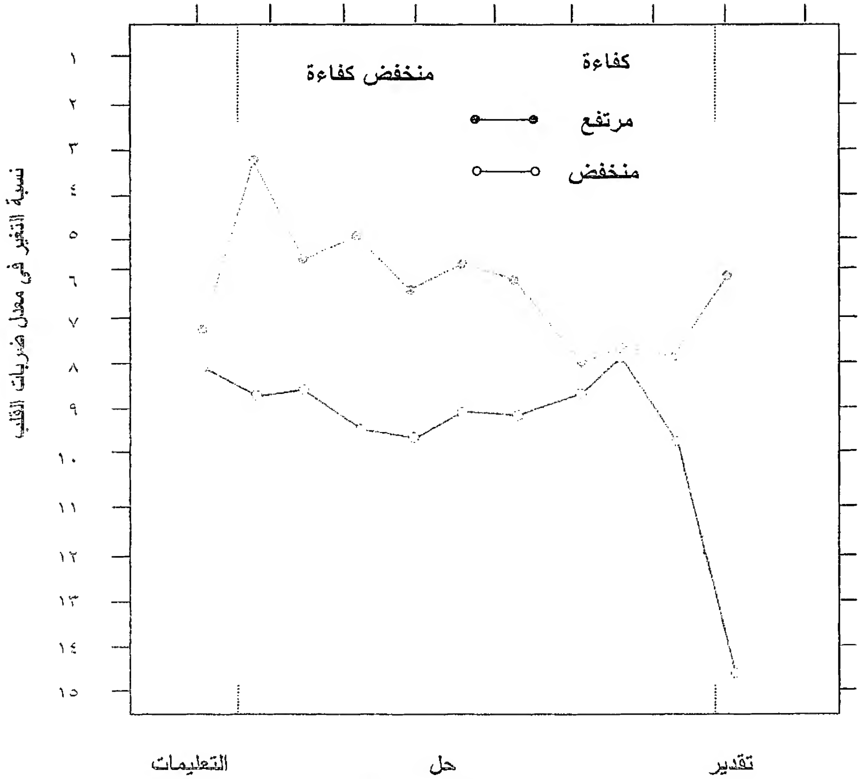
ويتبين من المناقشة السابقة لعمل "باندورا" أن معتقدات كفاءة الذات تلعب دورًا أساسيًا فى عملية تنظيم الذات. ففى البحث السابق، يتم أيضًا الحصول على مقاييس لكفاءة الذات المدركة لكل مستويات الأداء الممكنة. وبناء على الفرض السابق، وكما يتبين من الشكل (٨-٢) - بالفصل (٨) - فإن الجهد التالى يكون أكثر شدة عندما يكون الأشخاص غير راضين عن المعيار الفرعى للأداء، ومرتفعين فى أحكام كفاءة الذات لجودة تحقيق الأهداف. وهذا الأثر لا يحدثه عدم الرضا وحده ولا الأحكام الإيجابية لكفاءة الذات وحدها. مما يمثل تأييدًا لنظرية أن الأهداف لها قوة دافعة من خلال أحكام تقويم الذات وكفاءة الذات.

والآثار الدافعية لأحكام تقدير الذات كثيرة، **أولاً**: أحكام كفاءة الذات لها تأثير على مستوى الالتزام بالهدف. وكما لاحظنا فإن معتقدات كفاءة الذات تؤثر فى مقدار الجهد المبذول. كما أنها تؤثر فى أى نوع من التحدى سيضعه الشخص فى حسابه، ومدة مدوامته على مواجهة العقبات. أى أننا عادة سنواجه تحديات صعبة فقط إذا كان لدينا شعور بأننا قادرون على مواجهتها. ويغلب ألاَّ نستطيع المدوامة إذا اعتقدنا فى عدم جدوى بذل المزيد من الجهد. **ثانيًا**: لأحكام تقدير الذات تأثير على أرجاعنا الانفعالية للمهمة وعلى إنتاجية جهودنا، أى أنه ثبت أن الأشخاص ذوى المستوى المرتفع من معتقدات كفاءة الذات يكونون أقل شعورًا بالمشقة من الذين يدركون أنفسهم على أنهم أقل كفاءة ذاتيًا، أثناء أداء مهمة، ويتم قياس المشقة عن طريق معدل ضربات القلب (انظر: الشكل ٩-٣). ويرتبط إدراك قلة الكفاءة والتوجه نحو تحقيق الهدف بالشعور بالاكتئاب، فى مقابل المزاج الإيجابى المرتبط بالاستمرار فى الكفاح لتحقيق الهدف المرتبط بإدراك الكفاءة. والشخص الذى يدرك نفسه على أنه أقل كفاءة ذاتية، تحدث له المزيد من التعقيدات عند مواجهة مواقف معقدة لاتخاذ قرار ويتشتت تفكيره ويصبح غير حاسم. وبمعنى آخر، قد تؤثر المعتقدات فى انخفاض كفاءة الذات بالإخلال بالأنشطة المعرفية ذات الأهمية

الحيوية لمتابعة الهدف.

أما الطريقة الثالثة التى تلعب فيها معتقدات كفاءة الذات دورًا مهمًا فى أداء الدور، فهو تأثيرها على إنشاء المزيد من المعايير. وكما هو واضح من المناقشة السابقة، تؤثر معتقدات الكفاءة الذاتية فى الأرجاع الانفعالية والمعرفية للفروق بين المعايير والأداء، سواء أصبح الشخص لديه دافع، أو ثبطت همته، إذا لم يحقق معيارًا، فهو يتأثر بمعتقدات كفاءة الذات الخاصة بالقيمة الممكنة لمزيد من الجهد. يضاف إلى هذا أن معتقدات كفاءة الذات تؤثر فى أرجاع بلوغ الأهداف كذلك. ويستمد فرحًا أكبر من عزوه النجاح لكفاءة الذات أكثر مما يعزوه إلى الحظ. أكثر من هذا، فإنه يرجح أن الفرد سينشئ معايير جديدة أعلى للأداء إذا شعر بأنه أكثر ثقة فى قدرته على مواجهة هذه المعايير الأعلى.

ويعد إنشاء معايير جديدة وأعلى لبلوغ الهدف، مسألة مهمة بالنسبة لـ "باندورا" لأنه يكمل ويعيد عملية تنظيم الذات. ووفقًا لـ "باندورا" بعد أن يبلغ الأشخاص المعيار الذى تتبعوه، فإن من لديهم شعور قوى بكفاءة الذات يقيمون معيارًا أعلى لأنفسهم. ويتبنون المزيد من التحديات ويخلقون فروقًا دافعة للتحكم فيها (Bandura, 1990, P. 99).أى أن بلوغ الهدف لا ينتج عنه توقف النشاط، بل إن الشخص على مستوى أعلى للأداء. ونظرًا لأن الذى له أهمية دافعية هو نتائج تقويم الذات المتوقع أكثر من الأهداف نفسها، فإن بلوغ الهدف ينتج عن المزيد من المبادأة فى الجهد الموجه نحو الهدف. وإنشاء معيار آخر يعيد عملية السلوك المدفوع التى تم وصفها من قبل.



الشكل (٩-٣)

نسبة التغيرات فى معدل ضربات القلب التى تصدر عن المبحوثين الذين يشعرون بكفاءة الذات، أو عدم كفاءتها، عندما يتلقون تعليمات لمهمة حل المشكلات.

ويوضح هذا الشكل أن من لديهم معتقدات بكفاءة الذات يشعرون بمشقة أقل (ممثلة فى ارتفاع معدل ضربات القلب) عند التعرض لحل مشكلة، بالمقارنة بمنخفضى الاعتقاد فى كفاءة الذات.

(Source: From "perceived Self-Efficacy in Coping With Cognitive Stressors and Opioid Activation, " by A. Bandura, D. Cioffi, C.B. Taylor, and M.E. Brouillard, 1988, *Journal of Personality and Social psychology*, 55, p.484.Copyright 1988 by American Psychological Association. Reprinted by permission)

وقبل أن نختم مناقشتنا لنظرية "باندورا" ينبغى أن نذكر كلمة حول ما يقوم به من تمييز بين نماذج الأهداف. وهذا التمييز له قيمة خاصة للأفراد الذين يكافحون مع المشكلات الدافعية. هل بعض الأهداف تعد أكثر حفزًا للدافعية من أهداف أخرى؟ يفترض "باندورا" أن الأهداف الواقعية وقصيرة المدى تؤدى إلى دافعية الذات، أكثر من الأهداف الغامضة وغير الواقعية، وغير المثيرة للتحدى وبعيدة المدى. فالأهداف الصريحة يتم رؤيتها على أنها تحسن فى الأداء الموجه نحو هدف أكثر من النوايا العامة لبذل أقصى جهد.

ويوحى "باندورا" أنه من خلال التحدى يعمل الأشخاص بجد أكثر ويؤدون أداء أفضل لأهداف أعلى. ورغم أن الأشخاص قد يرفضون الأهداف غير الواقعية، فإنهم يواجهون بثبات الأهداف المتحدية ويفضلونها على الأهداف التى تبدو شديدة السهولة أو غير متحدية.

وأخيرًا يمكننا أن ننظر فى الآثار المقارنة للأهداف القريبة(١) بالنسبة للأهداف البعيدة(٢) ونعرض هنا كلمات باندورا عن الحكمة:

"يحتفظ أفضل بالدافعية الذاتية من خلال سلسلة من الأهداف الفرعية القريبة التى ترتب ترتيبًا هرميًا لضمان التقدم المتتابع نحو أهداف أسمى.... إن متابعة هدف عظيم يمكن أن يوفر مستوى مرتفعًا من الدافعية بشرط تجزئته إلى أهداف فرعية تمثل نوعًا من التحدى لكن من الواضح أنه يمكن بلوغها بمزيد من الجهد" (Bandura, 1996, P.44).

ويوحى "باندورا" بأنه يمكن أن يكون للشخص أهداف بعيدة، إلا أنه يمكنه إحراز تقدم شخصى أفضل عن طريق ترجمة هذه الأهداف البعيدة إلى أهداف فرعية مباشرة، وعندئذ كلما اقترب الشخص من تحقيق أهداف بعيدة، يصبح بلوغها أكثر احتمالاً مما كان الحال قبل ذلك.

---

(١) Proximal Goals

(٢) Distal Goals

وهنا فإن دراسة أطفال متأخرين وغير مهتمين بالرياضيات، فإن الهدف القريب يعد أفضل مقارنة بالهدف البعيد، وأفضل من عدم وجود هدف فيما يتصل بتحسين الأداء وزيادة كفاءة الذات وزيادة الاهتمام الداخلى بالرياضيات (Bandura & Shunk, 1981). باختصار فإن الشخص الذى يعانى من صعوبات دافعية قد يضع فى حسبانه أهدافًا شديدة الغموض وغير واقعية، وأهدافًا شديدة البعد فى المستقبل دون ترجمة إلى الحاضر. وبعبارة أوضح، لزيادة القوة الدافعة للأهداف ينبغي أن تكون نوعية، وواقعية ومتحدّية، وترتبط بالمستقبل من خلال متابعة مباشرة.

لدينا هنا نظرية "باندورا" للأهداف وتنظيم الذات، التى تؤكد تأكيدًا كبيرًا على العمليات المعرفية. ومن خلال النظرية تدخل العمليات المعرفية فى إقامة معايير أو أهداف، وعملية معتقدات كفاءة الذات، وعمليات تقويم الذات. وللنظرية أوجه شبه بالنماذج الأخرى التى قدمت، فمثلاً يمكننا التفكير فى تأكيد "هيجينج" (Higging) لمعايير الذات (المثالية وما ينبغى) وفى نظرية التحكم التى تؤكد خفض الفروق بين المعيار ومستوى الأداء الفعلى. ومع ذلك فمن المهم ملاحظة الفروق. ففيما يتصل بنظرية التحكم لـ "كارفر" و"شيير" (Carver & Scheier) التى تمت مناقشتها فى الفصل السابق، يوحى "باندورا" بأن نظريته تولى اهتمامًا أكبر بالشخص بوصفه عنصرًا فعالاً فى إقامة الأهداف والمعايير. ويوحى بأنه فى نموذج "كارفر" و "شيير" لا يقوم الفرد بشيء بعد إنجاز المعيار، بينما الشخص فى نموذجه ينشئ معيارًا جديدًا من خلال توقع نتائج تقويم الذات لمواجهة المعيار الجديد. وعلى هذا ففى نموذج "باندورا" يتم النظر إلى الشخص على أنه أكثر استباقا(١) وتنظيمًا للذات، أكثر منه فى نظرية التحكم. ويمكن أيضًا مقارنة نظرية "باندورا" بنظرية قيمة التوقع. ورغم وجود أوجه للتشابه هنا أيضًا، فإن "باندورا" يرى أن نموذجه يولى

---

(١) Proactive

تأكيدًا أكبر لعمليات الأحكام والعمليات الإشكالية ولأهمية معتقدات كفاءة الذات أكثر مما توليه نظرية قيمة التوقع، ومن خلال العمليات الحكمية، و يوحى "باندورا" أن الأشخاص يعملون أحيانًا من خلال تحيزات معرفية أو معرفة ناقصة. وليس من الضرورة أن يكونوا غير عقلانيين، ولكنهم يقومون بتقدير احتمالات خاطئة، وبتقديرات توقع ترجع إلى معرفة ناقصة وقصور فى مهاراتهم فى معالجة المعلومات. ويوحى بأنه ينبغى أن نميز بين ناتج التوقعات ومعتقدات كفاءة الذات، إذا أردنا أن نحسّن من التنبؤ بالسلوك. ووفقًا لـ "باندورا" يسلك الأشخاص بطريقة مختلفة وفقًا لما إذا كانوا يعتقدون أو لا يعتقدون فى قدرتهم على التأثير فى الناتج. إنها ليست مسألة مركز للتحكم وإنما تقديرات للذات تتصل بالمهارات اللازمة لمواجهة متطلبات الموقف. كما أن "باندورا" يوحى بأن تضمينات أحد النواتج تختلف حسب إن كان نظر إليها، أو لم ينظر، على أنها تتوقف على كفاءة الشخص.

وأخيرًا يؤكد "باندورا" القوة الدافعة لتتابعات تقويم الذات أكثر من القوة الدافعة للأهداف نفسها، كما تمت الإشارة إليه فى العرض المبدئى لنظرية الأهداف. وبناء على "باندورا"، فإن السرور لا يوجد فى الهدف نفسه، وإنما فى متابعة هذا الهدف. فالشخص لا يرضى بما يحققه من إنجاز، وإنما ينبغى أن يندمج فى عملية معايير جديدة لبلوغها. وتوجد مشكلتان بخصوص هذا النموذج، **الأولى**: أن "باندورا" يعرض دليلاً تجريبيًّا يؤيد وجهة النظر التى تذهب إلى أن الرضا عن الذات ومعلومات العائد لها أهميتها للدافعية. وهو لم يستبعد احتمال وجود سرور فى الهدف ذاته. ونتائجه قد تكون متحيزة بوجه خاص لتأكيد البحث على مواقف الأداء أكثر من أنواع المواقف الأخرى التى تتضمن فيها الأهداف. فمثلاً ليس من الممكن الحصول على سرور مستمر فى مستوى معين من المودة دون سعى ضرورى دائم عن مستويات أعلى من المودة، هل الصداقة، أو الجنس، أو الكتاب، جيدة فى حد ذاتها دون أن تستجيب لمعيار أعلى؟

أما المشكلة **الثانية**: يُسلِم الدليل الوحيد على نتائج تقويم الذات، إلى السؤال:

من أين جاءت الأهداف فى المرتبة الأولى؟ والواقع أن باندورا يوحى بأن الأهداف تكتسب على أساس التعزيز المباشر من الآخرين، أو من خلال مشاهدة آخرين يقيمون أو يستجيبون لمعايير، وهذه الأخيرة تتضمن عملية تعلم شعورى و تشريط بالعبرة: ومع ذلك ففى كلتا الحالتين يوجد انفعال متضمن بطريقة مباشرة من خلال معاناة انفعالات الآخرين (من خلال العبرة) الذين يحققون أو لا يحققون المعايير. وبعبارة أخرى، يبدو من النموذج أن الأهداف (المعايير) ترتبط بمشاعر أكثر من مجرد الارتباط بعملية الحركة قريبًا أو بعيدًا عنها. ووفقًا لهذه الوجهة من النظر، فإننا نشعر بحالة جيدة ومكافأة لأنفسنا إذا اقتربنا من الهدف (المعيار)، لكن هذا لا يحول دون الاستمتاع الكامل بالهدف نفسه. إن الشخص يشعر شعورًا طيبًا لفوزه بالجائزة، ليس مجرد أنه قام بعمل جيد، ولكن لأن الجائزة فى ذاتها أمر مُرضٍ.

المشاريع الشخصية، والكفاحات الشخصية، ومهام الحياة:

أكد عدد من علماء نفس الشخصية البناء القصدى للشخصية فى علاقتها بأهداف نوعية وفردية وتتصل بالسياق. وقد أُطلقت عدة أسماء على هذه الأهداف مثل: اهتمامات حالية[١] (Klinger, 1977)، والمشاريع الشخصية[٢] (Little, 1989, 1999; Play& Little, 1983) وكفاحات شخصية[٣] (Emmons, 1989a, 1989b, 1999) ومهام الحياة[٤] (Cantor, 1990a). ومع ذلك فكلها تشترك فى تأكيد سلوك التوجه نحو هدف، ومن ثم يمكن وضعها فى الحسبان جميعًا فى هذه الفقرة.

وسوف نعرض فى الفقرة التالية البحوث المتصلة بالمشاريع الشخصية والكفاحات الشخصية وكذلك نضع فى حسابنا مفهوم مهام الحياة، نظرًا لارتقائه النظرى الأكثر تفصيلاً. وأخيرًا تختم هذه الفقرة بمناقشة البحوث الحديثة التى

(١) Current Concerns
(٢) Personal Projects
(٣) Personal Strivings
(٤) Life Tasks

تتصل بأهداف الإقدام والإحجام.

بحوث ليتل حول المشاريع الشخصية:

يعرف كل من "ليتل" و"بـــاليز" (Little, 1999; Palys & Little, 1983). المشروع الشخصى بوصفه مجموعة ممتدة من الأفعال لها صلة بالشخص، يقـــصد بها تحقيق هدف شخصى. وقد تتراوح المشاريع الشخصية بين ما يبدو أنواعًا مـــن السعى العادى فى الحياة اليومية، مثل إرسال الملابس للمغسلة؛ إلى هم من همـــوم الحياة مثل تحرير شعبى. وفى أى وقت يكون الشخص مندمجًا فى عـــدد قليـــل أو كثير من المشاريع الشخصية وفقًا لـــ "ليتل" "Little" فإن المشاريع الشخصية تمثل وحدات طبيعية للتحليل لعلم نفس الشخصية الذى يختار أن يتعامل مع العمل الجـــاد حول كيف يخفق الأشخاص من خلال أنواع الحياة "المعقدة" (Little, 1989, P. 15).

كيف يمكن تقدير المشاريع الشخصية؟ يوحى ليتل باستخدام منهج تحليل المشاريع الشخصية[1]، وأول خطوة فى هذا المنهج استثارة المشاريع الشخصية للشخص. أى أن المنهج يعتمد أساسًا على التقرير الذاتى. والمبحوثون لهم حرية ذكر أى مشاريع شخصية يعتقدون أنها تتصل بهم، قلّت أو كثرت، كما يرون. وقـــد عـــرض مثـــال للمـــشاريع الشخصية فى الجدول رقم (٩-٣).

---

(١) Personal Projects Analysis Method (PPA) (م. ت. م)

الجدول رقم (٩-٣)

أمثلة من المشاريع الشخصية تم الحصول عليها من طلبة جامعة فى المرحلة الأولى من منح تحليل المشاريع الشخصية (PPA)

ـ إنهاء ورقة بحث عن التاريخ.	ـ فقدان وزنى "١٥" رطلاً.
ـ تخصيص وقت للحياة الروحية.	ـ العناية بخالتى التى تحتضر.
ـ مشاهدة انتصارات نادى تورنتو على ديترو.	ـ ترك أظافر أصابعى تطول.
ـ مقابلة أصدقاء جدد.	ـ كتابة امتحان المراجعة.
ـ اكتساب أصدقاء مشهورين.	ـ تصوير أبى وأمى.
ـ الانتباه أكثر لسلوكى.	

(Note: PPA= Personal Project Analysis.
Source: "Personal Projects Analysis: Trivial Pursuits, Magnificent Obsessions, and the search for Coherence," by D. Little, 1989, in *Personality Psychology: Recent Trends and Emerging Directions* (p. 18), by D.M. Buss and N. Cantor (Eds.), New York: Springer- Verlag. Reprinted by permission of Springer- Verlag).

ويغلب أن يذكر الأشخاص "١٥" نموذجًا للمشاريع، ثم يطلب منهم تقدير كل مشروع شخصى على أساس عدد من الأبعاد، مثل الأهمية، والمتعة، والصعوبة، والتقدم، والتأثير الإيجابى، والتأثير السلبى. ويُبذل الجهد هنا للحصول على معلومات تتصل بالمعنى، والبناء، والمتعة، والفعالية المرتبطة بكل مشروع شخصى، كما يقدر نسق المشروع الشخصى للشخص ككل: هل يشعر الشخص أن المشروعات ذات قيمة مرتفعة أم لا قيمة لها؟ هل يتم الشعور بأن المشروعات منظمة أم مبعثرة؟ هل يشعر الشخص أن متطلبات هذه المشاريع فى وسعه الشخصى مواجهتيا؟ هل يشعر الشخص بتقدم فيما يتصل بالمشاريع الشخصية

ويتوقع الاستمرار فيها؟

ويترك منهج تحليل المشروعات الشخصية فرصة كبيرة لكي يستجيب الأشخاص من خلال إدراكاتهم الخاصة وخبراتهم. وهو مرن إذ يسمح للباحث أن يضيف أبعادًا لها أهمية خاصة، وفقًا لتقدير المبحوث للمشاريع الشخصية (مثل الأهمية، والصعوبة وإمكان التحقق) بالإضافة إلى ذلك، يمكن سؤال المبحوثين أسئلة مثل هل كل مشروع ييسر أو يتعارض مع المشروعات الأخرى أو لا علاقة له بها. وتحليل مصفوفة المشاريع الشخصية للفرد (أى تقدير المشاريع على أساس الأبعاد) يمكن أن يتم من خلال المضمون، والدرجة الكلية على الأبعاد، والبناء. فمثلاً يذكر "ليتل" أنه رغم أن المشاريع الشخصية يمكن ترتيبها هرميًا، فإنه يمكن فهمها أكثر من خلال بناء النافذة(١)، وبعبارة أخرى بدلاً من أن نرتب المشاريع الشخصية على سلم هرمى، فإن لها ارتباطات متبادلة، وكل مشروع شخصى قد تتكون له ارتباطات متعددة بالمشاريع الأخرى وكذلك أسباب متعددة للوجود كمشروع، ووسائل متعددة للتنفيذ. وتحليل تقديرات الآثار المتبادلة للمشاريع الشخصية، من حيث كونها تسهل، أو تعوق بعضها الآخر، أو لا صلة لها ببعض، مما يعطى مؤشرًا بالمستوى العام للصراع، أو الاتساق فى النسق. أى أن المشاريع الشخصية تعامل على أنها أنساق أكثر منها وحدات معزولة.

ما هى تضمينات هذه التحليلات؟ يلاحظ "ليتل" وجود علاقة بين تقارير الرضا عن الحياة وترتيب المشروعات على أنها منخفضة المشقة ومرتفعة فى الناتج الإيجابى والتحكم. ووفقًا له فإن الرضا وعدم الرضا يتمركز فى مجالات المشقة – والكفاءة المرتبطة بالمشاريع الشخصية للفرد. وناتج المشروع أو مدى اعتقاد الأفراد أن مشروعاتهم يمكن إكمالها بنجاح هى أحسن المنبئات بالرضا عن الحياة أو اكتئاب المزاج. ووفقًا لـ "باندورا "، فإن "ليتل" يوحى بأن "شعورنا بالكفاءة فى إكمال

---

(١) Lattice Structure

مشروعاتنا الشخصية بطريقة ناجحة يبدو أنه عامل حيوى فى إن كنا سننجح انفعاليًا، أو يؤدى بالحياة إلى نوع من الاكتئاب الشديد" (p. 25, 1989). وكذلك وفقًا لـ "باندورا" فإننا سنجد فى المشاريع قصيرة المدى الممتعة ومتوسطة الصعوبة إرضاء أكثر من المشروعات طويلة المدى التى يستمد منها القليل من المتعة المباشرة (Palys & Little, 1983).

جانب آخر مهم من هذا الخط من البحوث، هو الجهد لربط المشاريع الشخصية بالمفاهيم الأخرى للشخصية مثل السمات، هل ترتبط سمات الشخصية والمشاريع الشخصية كل منهما بالآخر؟ استخدم "ليتل" بطارية اختبارات N E O-P (الفصل ٢) كمقياس لسمات الشخصية، ووجد نمطًا قويًّا من العلاقات بين متغيرات المشروع الشخصى ومتغيرات السمة. وجدير بالملاحظة وجود علاقة بين درجات العصابية فى بطارية "ليتل"، والدرجات المرتفعة من المشروع الشخصى الخاصة بالمشقة والصعوبة والتأثير السلبى ونقص النجاح ونقص التقدم، وضآلة الناتج المتوقع. بالإضافة إلى أن درجات الوعى بالذات على بطارية "ليتل" وجد أنها ترتبط بكل من التمتع والتحكم والناتج وتقديرات التقدم فى المشاريع الشخصية.

والخلاصة أن بحوث "ليتل" حول المشاريع الشخصية، تؤكد الجوانب القصرية والنسقية لأداء الشخصية. والجهود مستمرة لبحث وظيفة المشاريع الشخصية فى علاقتها بسياقات اجتماعية وموقفية نوعية. وكذلك لتكوين علاقات مع متغيرات الشخصية الأخرى.

بحوث "إيمونز" حول الكفاحات الشخصية

يعرف "إيمونز" (Emmons, 1989a, 1989b, 1999) الكفاح الشخصى[1] بأنه نمط متسق من كفاحات الهدف يمثل ما يحاول الشخص عادة أن يفعله. وتشير الكفاحات الشخصية إلى الأنماط النموذجية من الأهداف التى يأمل الشخص فى تحقيقها

---

(١) Personal Striving

فى مختلف المواقف. ومن أمثلة الكفاحات الشخصية "جعل الأشخاص المهمين يلاحظونني". و"القيام بأكبر قدر ممكن من الفكاهة"، والقيام بأكبر ما أستطيع من أشياء لمساعدة الآخرين، وتجنب الجدل ما أمكن ذلك. ومن المهم هنا أن نلاحظ أن الكفاحات الشخصية تتضمن كلاً من الأشياء التى يحاول الشخص الحصول عليها، أو يمر بخبرتها. وكذلك الأشياء التى يحاول الشخص تجنبها، أى أن الكفاحات الشخصية قد تكون إيجابية أو سلبية. ويختلف الأفراد فى مدى كون الحياة مكونة من كفاحات إيجابية أو سلبية.

وثمة عدد من ملامح التميز للكفاح الشخصى يلاحظها "إيمونز"، أولاً: أنها فردية خاصة أو فريدة[١]، وخاصة بالفرد من خلال الأهداف التى تتجمع فيما بينها لتكوين الكفاح الشخصى، كما أنها طرق يحاول الفرد من خلالها التعبير عن الكفاح الشخصى، رغم أن الكفاحات الشخصية قد تكون فريدة أو مشتركة أو ناموسية للكفاحات الشخصية، انظر: الجدول رقم (٩-٤) أمثلة للفئات من الكفاحات شخصية.

الجدول رقم (٩-٤)

فئات مضمون الكفاحات

الفئات	مثال
ـ إيجابى	التفكير فى حاجات الآخرين.
ـ سلبي	لا أجعل كثيرا من الأشخاص يقتربون منى.
ـ داخل الأشخاص[٢]	أتجنب القلق حول العلاقات الاقتصادية.
ـ بين الأشخاص[٣]	أقنع الآخرين أننى على صواب.

Idiographic Unique (١)
Intrapersonal (٢)
Interpersonal (٣)

ـ إنجاز	أعمل لتحقيق منافسات رياضية مرتفعة.
ـ الانتماء[١]	أحسن التعامل مع الآخرين لهذا يعتزون بى.
ـ الود[٢]	أساعد أصدقائى وأجعلهم يعلمون أننى أعتنى بهم.
ـ القوة	أضطر الرجال أن يظهروا المودة فى علاقاتهم.
ـ النمو الشخصى والصحة	أنمّى لدى شعورًا بكفاءة الذات.
ـ استعراض الذات	أهتم دائمًا بمظهرى الجسمى.
ـ الاستقلال	أتخذ قرارات منفردًا.

(Source: "The Personal Striving Approach to Personality," by R.A. Emmons, 1989, in *Goal Concepts in Personality and Social Psychology* (p. 100), by L.A. Pervin (Ed.), N.J.: Lawrence Erlbaum Associates. Reprinted by permission of Lawrence Erlbaum Associates, Inc).

والخاصية الثانية للكفاحات الشخصية، هى أنها تشتمل على مكونات معرفية ووجدانية و/ أو / ردود سلوكية، إما متلازمة أو مستقلة كل منها عن الأخرى. فمثلاً الكفاح "من أجل أن يكون الشخص طيبًا"، قد يتضمن كل هذه المكونات على حين أن الكفاح من أجل تحقيق وحدة روحية مع الله قد تفتقد المكون السلوكى. **ثالثًا:** مع أن الكفاحات الشخصية تتضمن نوعًا من الاستقرار معقولاً، فإنها ليست ثابتة فما يحاول الشخص أن يفعله يتنوع من موقف إلى آخر ويتغير مع تغير الحياة، فالكفاحات الشخصية تعكس ارتقاءنا المستمر عبر مدى الحياة. **رابعًا:** تحقيق مثل محدد من الكفاح الشخصى لا يعنى أن الشخص لم يعد يكافح لهذا الهدف. فقد يشعر الشخص أنه جيد فى موقف معين، إلا أنه سيظل يسعى للبحث عن فرص أخرى لكى يصبح شخصًا جيدًا. وقد يتجنب الشخص أن يباهى بتقدير لذاته فى حالات معينة، على حين يسعى إلى التباهى فى حالات أخرى. **وأخيرًا**، فإنه يفترض غالبًا

---

(١) Affiliation

(٢) Intimacy

أن الشخص يكون على وعى بالكفاحات الشخصية، وإنها تكون جاهزة للتقرير الذاتى. الموقف هنا أن الأشخاص يستطيعون إعطاء تقرير ذاتى، إذا طلب منهم إعطاء تقرير عمّا يحاولون إنجازه، وإن إعلان "واينر" Weiner الذى يستحق الإعجاب هو "أن الطريق الملكي إلى اللاشعور أقل قيمة من الطريق الترابي إلى الوعي" (Emmons, 1989b, p. 101). ويترك "إيمونز" مجالاً لإمكان أن يكون الأشخاص على غير وعى بكفاحاتهم، بل وإمكان أن تكون كفاحاتهم غير مشعور بها. ومع ذلك فإن الافتراض الأساسى يظل أن الأشخاص يستطيعون أن يذكروا تقريرًا دقيقًا عن أهدافهم بطريقة واقعية خالية من الطرق الدفاعية (Emmons, King & Sheldon, 1993).

كما أن "إيمونز" يتبنى وجهة نظر الاتساق بالنسبة للكفاحات الشخصية. ويرى الكفاحات الشخصية على أنها مرتبة هرميًا بعضها يعلو على البعض الآخر. كما أنه يمكن ربط الكفاحات الشخصية ببعضها، أو تصور كلاً منها مستقلاً عن الآخر، أو على أنها متكاملة أو متصارعة. وكما سنرى فإن "إيمونز" قام ببعض بحوث مهمة حول الصراع بين الكفاحات الشخصية، ووفقًا لمبدأىّ تساوى الإمكانية[1] وتساوى الغائية[2] اللذين سبق، الإشارة إليهما، يوحى "إيمونز" بأن الكفاح الشخصى قد يتم إنجازه من خلال خطط مختلفة كثيرة للفعل (مبدأ تساوى الإمكانات)، وأى فعل يمكن أن يعبر عن كفاحات متعددة (تساوى الغائية)، بالإضافة إلى هذا، فإنه بناء على مبدأ تعدد الأبعاد، فإن الفعل قد يتضمن تفاعلاً بين كثير من الكفاحات الشخصية المختلفة. أى أنه توجد علاقة معقدة بين الكفاحات الشخصية وأنواع السلوك النوعية.

كيف يمكن تقدير الكفاحات الشخصية؟ يتضمن هذا التقدير أربع خطوات (Emmons,1989). فى **الخطوة الأولى**: يطلب من المبحوثين ذكر كل كفاحاتهم

---

(١) Equipotentiality

(٢) Equifinality

الشخصية، وتعرف بأنها: "الأشياء التى تحاول عادة أن تفعلها فى سلوكك اليومى": والمطلوب ذكر أمثلة توضيحية، ويختلف الأفراد فى ذكر عدد الكفاحات بما يتراوح بين "١٠" وأكثر من "٤٠" مع متوسط حوالى "١٦ ". وفى **الخطوة الثانية** يطلب من الأشخاص أن يكتبوا الطرق التى سيحاولون بها النجاح فى كفاحاتهم. ومن خلال الإطار الذى سبق تقديمه، فإن هذه تمثل خططًا لتحقيق أهداف. فمثلاً، الكفاح الشخصى الخاص بمحاولة قضاء وقت أكثر فى الاسترخاء "قد يرتبط بأنشطة مثل التدريبات الرياضية، واستدعاء أصدقاء للتجمع معا، أو تعاطى مخدرات أو مُسْكرات (وبعض هذه الطرق فعال والآخر غير فعال بل شديد الضرر بصاحبه) وفى المتوسط يقدم المبحوثون من أربع إلى خمس طرق لإنجاز كل كفاح شخصى.

وفى **الخطوة الثالثة** يختار المبحوثون "١٥" من كفاحاتهم، ويقدرونها على أساس أبعاد مثل: الوجهة (قيمة إيجابية أو سلبية)، والتناقض الوجدانى[1] (إلى أى حد يشعر الشخص بعدم السعادة نحو الفعل الناجح)، واحتمال النجاح والصعوبة. وقد دل التحليل العاملى للأبعاد على وجود ثلاثة عوامل هى: درجة الكفاح (القيمة والأهمية والالتزام)، والنجاح (ما سبق تحقيقه واحتمال النجاح)، والسهولة (وجود فرصة، وانخفاض مستوى الصعوبة). ومن المهم هنا ملاحظة أن هذا يتفق تمامًا مع نموذج قيمة التوقع.

وفى **الخطوة الرابعة** يقارن المبحوث كل كفاح بكل كفاح آخر، فيما يتصل بالإجابة عن هذا السؤال: هل النجاح فى هذا الكفاح له أثر مفيد أم مضر (أو لا أثر له) على الكفاح الآخر؟ وهذا يتطلب مصفوفة مكونة من "١٥ × ١٥" مما يؤدى إلى تحديد الكفاحات التى تيسر، أو تتصارع مع بعضها. ومن الجوانب المهمة فى هذه المصفوفة أن العلاقات بين الكفاحات ليست متبادلة، أى أن أحد الكفاحات قد ييسر آخرًا إلا أن العكس غير صحيح، فمثلاً الحصول على درجات مرتفعة قد ييسر

---
(١) Ambivalence

القبول بالدراسات العليا، وإن كان العكس غير صحيح. وهذا الفرق يرجع بوجه عام إلى أن أحد الكفاحات الشخصية قد يكون أعلى فى الترتيب الهرمى من آخر، إلا أنه قد يرجع إلى علاقات مختلفة مع كفاحات شخصية أخرى. وبالنسبة لكل شخص فإن الاتفاق أو الصراع فى نسق البناء الشخصى يمكن حسابه إذن.

بهذا التصور المفهومى وهذا المنهج للتقدير، ما هى الدراسات التى تم إجراؤها، وما هى نتائجها؟ سوف نعرض فيما يلى ثلاثة مجالات للبحث، هى الشعور الذاتى بحسن الحال (١)، والصراع والتناقض الوجدانى، والكفاحات الشخصية والسمات.

الشعور الذاتى بحسن الحال:

كان تركيز الشعور الذاتى بحسن الحال، على الوجدان الإيجابى، والوجدان السلبى، والرضا عن الحياة. وللحصول على مقاييس للشعور الذاتى بحسن الحال، قام المبحوثون بتسجيل حالاتهم المزاجية وأفكارهم أربع مرات فى اليوم لمدة "٢١" يومًا متتابعة. وأطلق على هذا المنهج اسم منهج عينة الخبرة (٢) واشتملت الدراسة على أفراد يرتدون جهازًا يقوم بإرسال إشارة لهم فى لحظات عشوائية خلال ساعات يقظتهم، لتسجيل خبرتهم الشعورية المباشرة. إنه منهج يُستخدم لدراسة الخبرة الخاصة فى ظل ظروف مرتبة من الظروف الطبيعية على قدر الإمكان. وقد وجد "إيمونز" (Emmons, 1986) أن الوجدان الموجب يرتبط بالكفاح لتحقيق أهداف مهمة، والشعور بتحقيق إنجازات ماضية من الكفاح. أما الوجدان السلبى فقد ارتبط بالتناقض الوجدانى والصراع، وانخفاض الشعور الذاتى بالنجاح فى تحقيق الكفاحات. على حين ارتبط الرضا عن الحياة بشعور الشخص بأهمية كفاحاته الشخصية، والشعور بأن كلاً منها ييسر أو يمثل وسيلة لعلاقة كل منها بالآخر، وارتفاع احتمال النجاح. يضاف إلى هذا، فإنه وفقًا لنظرية قيمة التوقع ارتبط

---

(١) Subjective Well Living

(٢) Experience Sampling Method (ESM)

الانتماء إلى الكفاحات الشخصية بدرجة مرتفعة من النجاح فى تحقيق الكفاحات الشخصية ذات القيمة. وباختصار، وجدت علاقات متنوعة بين معايير حسن الحال الذاتية، وبعض جوانب بناء الكفاحات الشخصية، ولكنها كلها كونت معنى نظريًا.

الصراع والتناقض الوجدانى:

يميز "إيمونز" تمييزًا له قيمته، بين الصراع والتناقض الوجدانى. فالصراع يعبر عن نزاع[1] بين كفاحين أو أكثر، أما التناقض الوجدانى، فيعبر عن مشاعر مختلطة حول النجاح فى إنجاز أى كفاح. وبعبارة أخرى، يرتبط الصراع بهدفين أو أكثر، أما التناقض الوجدانى فيرتبط بنفس الهدف. ووجد "إيمونز" (Emmons & King, 1988) أن الأفراد ذوى الصراعات الكثيرة، والتناقض الوجدانى، فيما يتصل بكفاحاتهم الشخصية، يشعرون بوجدان سالب وانخفاض فى الرضا عن الحياة، كما تحدد من خلال منهج عينة الخبرة. وفى دراسة أخرى ارتبط الصراع والتناقض الوجدانى داخل بناء الكفاحات الشخصية بدرجات مقياس حسن الحال وسجل زيارات الطلبة للمركز الصحى، وعدد مختلف من الأمراض، والتقرير اليومى للقلق والاكتئاب، والشكوى من أمراض جسمية، كما ارتبط بوجدان إيجابى وسلبى (Emmons & King, 1988).

وكما تم التنبؤ، ارتبط الصراع والتناقض الوجدانى بالمستويات المرتفعة من القلق والاكتئاب والوجدان السلبى والشكاوى النفسجسمية (انظر: الجدول٩-٥)، وأكثر من هذا فإن مقاييس الصراع والتناقض الوجدانى ارتبطت بمقاييس الأعراض الجسمية، حتى بعد استبعاد عامل مستوى المرض فى البداية، وافتراض أن الصراع والتناقض الوجدانى قد يكونان سيئين بوجه خاص على صحة الشخص، عندما يعبر عن انفعاله. فمثلاً الصراع بين رغبات الثقة فى الآخرين وبين الخوف من فعل هذا، يؤدى إلى اجترار الأفكار والاستثارة الفسيولوجية المرتبطة بحدوث مرض

---

(١) Struggle

جسمى. وتم اكتشاف هذه العلاقة أكثر من خلال إحداث تناقض وجدانى من خلال الإجابة عن استخبار التعبير عن الانفعال.

ومن أمثلة البنود المتضمنة فى هذا الاستخبار: "أحب غالبًا أن أظهر للآخرين مشاعرى، إلا أنه أحيانًا يبدو أن شيئًا ما يكبح لدى هذا التعبير عن مشاعرى". "أحاول أن أظهر للآخرين أننى أحبهم، رغم أننى أخاف أن يجعلنى هذا أبدو ضعيفًا أو معرضًا للنقد". وتوحى النتائج أن الصراع حول التعبير عن الانفعال مُضِرّ بحسن الحال، رغم أنه لا التعبير، أو عدم التعبير عن الانفعال (دون صراع) فى ذاته، مرتبطان بحسن الحال والخلو من الشكوى الجسمية (Emmons, et al, 1993).

الجدول رقم (٩-٥)

ارتباط الكفاح والصراع والتناقض الوجدانى مع حسن الحال النفسية والجسمية. أوضحت درجات الارتباطات أن درجات الصراع والتناقض الوجدانى تتصاحب مع الوجدان السلبى والشكاوى الصحية

حسن الحال النفسية والجسمية		الارتباط بـ	
		الصراع	التناقض الوجدانى
النفسية	وجدان إيجابى	-٠,١١	٠,٣٤ب
	وجدان سلبى	٠,٢١	٠,١٨
	استخبار حسن الحال	٠,٠٧	-٠,١١
	القلق	٠,١٧	٠,٢٧أ
	الاكتئاب	٠,١٩	٠,٣٤
الجسمية	التحول لأعراض جسمية	٠,٢٤ أ	٠,١٩
	أعراض يومية	٠,١٤	٠,١٣

	زيارات للمركز الصحى	أ٠,٢٧	٠,١٢
	عدد الأمراض	ب٠,٣١	٠,٢١

ن= ٤٨، مستوى الدلالة أ < ٠,٠٥، و ب < ٠,٠١

(Source: "The Personal Striving Approach to Personality," by R.A. Emmons, 1989, in *Goal Concepts in Personality and Social Psychology* (p. 105), by Pervin (Ed.), Hillslade, NJ: Erlbaum. Reprinted by Permission of Lawrence Erlbaum Associates, Inc).

الكفاحات الشخصية والسمات:

وأخيرًا، من ناحية العلاقة بين الكفاحات الشخصية والسمات، بحث "إيمونز" سمة النرجسية، ووجد أن الأشخاص ذوى الدرجات المرتفعة على مقياس النرجسية، لديهم كفاحات شخصية، تختلف عن ذوى الدرجات المنخفضة على المقياس. فمثلاً المبحوثون المرتفعون على النرجسية لديهم كفاحات شخصية، مثل مجهودات للسيطرة والتحكم فى الأشخاص، ويلبس أحدث الأزياء، على حين كان الأشخاص المنخفضون على النرجسية لديهم كفاحات شخصية مثل بذل جهد لجعل والديهم فخورين بهم، وإدراك مشاعر الآخرين، وإرضاء الآخرين. والملفت للنظر نحو هذه النتائج أن هذه الفروق فى الكفاحات الشخصية أكدتها تقارير الأقران (Emmons, 1989b).

ركز "إيمونز" على الطبيعة الفردية الفريدة للكفاحات الشخصية لإقامة علاقات عامة ناموسية، مثل تلك العلاقة بين ارتفاع الصراع وانخفاض الشعور الذاتى بحسن الحال. ويوجد اهتمام بأنه ليس فقط مضمون الكفاحات الشخصية ولكن بيئاتها دون عدد الكفاحات الموجودة، والعلاقة بينها، وعدد الخطط البديلة لإنجازها. ويرى "إيمونز" أن المنحى الذى يقدمه يقارن بمنحى نظرية التحكم لـ "كارفر" و"شير"(Carver& Scheir, 1981). ويرى أن كلاً من الكفاحات الشخصية والسمات كمفهومين متميزين، وإن كان كل منهما يرتبط بالآخر- فالكفاح الشخصى

يمكن إنجازه من خلال أنواع مختلفة من السلوك (تساوى الإمكانية)، كما أن نفس السلوك يمكن أن يعبر عن الفعل لكفاحات مختلفة (تساوى الغائية).

بحوث كانتور حول مهام الحياة:

وآخر نموذج نقدمه عن بحوث المفاهيم المرتبطة بهدف؛ وتحويل النوايا إلى أفعال، هو المنحى النظرى والبحثى لـ "كانتور" (Cantor, 1990a, 1994, Cantor & Langslon, 1989; Cantor & Zirkel, 1990). والبحوث التى أجرتها "كانتور" وثيقة الصلة بهذا الفصل، لأنها خصصت مقالاً مهمًّا يركز على موضوع الحركة من الفكر إلى السلوك (Cantor, 1990). وينبغى أن ينظر إلى بحوث "كانتور" فى سياق المنحى المعرفى أو المنحى الاجتماعى المعرفى للشخصية. وقد أشرنا إلى بعض جوانب تم ذكرها فى الفصل "٣" و"٨ ". كما تم عرضه بالتفصيل فى كتاباتها مع "كليلستروم" (Cantor & Klihlstrom, 1987, 1989).

وتؤكد "كانتور" على الجوانب التكيفية لأداء الشخصية، وخاصة الجوانب التكيفية للأداء المعرفى. كما تؤكد على الذكاء الاجتماعى[1] أو على الكفاءات المعرفية والمعرفة، التى يستطيع الأشخاص استخدامها عندما يحاولون حل مشكلات الحياة اليومية، ويرتبط عمل "كانتور" بعمل نظريات سابقة مثل "كيللى" Kelly و "روتر" Rotter و"باندورا" Bandura " و"ميشيل" Mischel، وهى تؤكد أن الأداء المعرفى يمثل تمييزًا بين المواقف وتصورًا للأهداف، وارتقاءً، لخطط إنجاز الأهداف، وتصورًا للذات فى الماضى وكذلك الذوات الممكنة فى المستقبل، وارتقاء لاستراتيجيات المواجهة وميكانيزمات تنظيم الذات. ومما له أهمية خاصة التأكيد على المعانى الفريدة للمواقف والأحداث بالنسبة للأشخاص لأداء الشخصية النوعى

---

(١) Social Intelligence

الموقفى. إن السمات العريضة(١) مرفوضة لصالح التأكيد على العمليات التى تؤدى إلى الجهود التكيفية لمواجهة متطلبات مواقف وأحداث نوعية. وفيما يتصل بتحويل المعرفة إلى فعل – فإن الحركة كما تم وصفها من خلال كانتور "من عقد النية إلى الفعل". تؤكد "كانتور" على ثلاثة مفاهيم: ١- المخطط، ٢- مهام الحياة، ٣- والاستراتيجيات المعرفية.

ويشير المخطط إلى تنظيمات المعلومات. وكما رأينا فإن الأشخاص لديهم مخطط للذات، يتضمن الذوات الممكنة، كما يوجد مخطط للآخر، ومخطط للهدف، ومخطط للخطة، ومخطط للحدث(٢). ويشير هذا المخطط الأخير إلى سيناريو يمثل التتابعات المتوقعة من الفعل فى مواقف معينة (مثل سيناريو حفلة معينة أو سيناريو الاشتراك فى حلقة بحث) مصاغة بشكل يتمثل فى فروض "إذا...إذن" يصوغها الأشخاص فيما يتصل بالعلاقات بين الأفعال والناتج (مثل، "إذا عبّرت عن غضبى، فإن الناس سوف يرفضوننى". وإذا متعت نفسى إمتاعًا شديدًا، فإن شيئًا سيئًا سيحدث لى". وإذا صارحت الآخرين وأطلعتهم على حالى سوف يساندوننى").

ومفهوم مهام الحياة يشبه مفاهيم سابقة موضع اهتمام حالى، مثل الكفاحات الشخصية، المشاريع الشخصية. إذ إنه يشير إلى ترجمة الفرد للأهداف إلى مهام نوعية، يحاول الفرد تحقيقها خلال مراحل معينة من الحياة، وداخل سياقات نوعية. ومن المهم أن نميّز ثانية أن هذه الأهداف يتم النظر إليها كسياقات نوعية ومراحل الحياة. أى أن الأفراد يوجهون وقتهم وطاقاتهم إلى أهداف مختلفة فى المواقف المختلفة. وتختلف طبيعة أهدافهم أثناء مسار الحياة. ومهام الحياة فريدة، ولا تتنوع فقط من حيث المضمون، وإنما أيضًا من حيث الاتساع ومن حيث كونها يتم الشعور بها على أنها مفروضة من الذات أم مفروضة من آخرين. ويفترض أن معظم مهام الحياة شعورية ومتاحة للتقدير الذاتى، كما أنه ليس من الضرورى دائمًا

Bradband (١)

Event (٢)

أن يفكر الشخص فيها، وأخيرًا، فإن الاستراتيجيات المعرفية تمثل الوسائل التى يعمل الفرد من خلالها فى مهام حياته الحالية. وهى تتضمن تقدير المواقف، والتخطيط للنواتج، وتذكر الخبرة الماضية، وجهود تنظيم الذات مثل تأجيل المغريات (Misehel, 1990). وهى لا تتضمن فقط جهودًا لحل المشكلات الخارجية، وإنما تتضمن أيضًا جهودًا لتحقيق توافق مع الانفعالات الداخلية والحاجات والقيم.

وتفترض "كانتور" أن أفضل وقت لدراسة عملية مهام الحياة والاستراتيجيات المعرفية تكون خلال مراحل التحول الكبرى فى الحياة، أثناء مراحل التغير الكبيرة فى علاقات الشخص مع آخرين، أو التغيرات فى حياته العملية. حيث يركز اهتمامًا أكبر على الأهداف وكيف يمكن متابعتها. وينظر إلى هذه التحولات على أنها تزود الحياة الواقعية بمماثلات للحياة العملية. فالتحول من المدرسة الثانوية إلى الجامعية، وبعد ذلك التحول إلى مسار مهن تمثل أمثلة لهذه المراحل. وقد طورت "كانتور" مشروعًا بحثيًا تضمن دراسة طلبة البكالوريوس بجامعة متشجان من أول سنة لدخولهم الجامعة إلى سنواتهم النهائية بالجامعة. بدأ البحث سنة ١٩٨٤، وتم تجميع بيانات متنوعة فى نقاط مختلفة أثناء مسار دراسة الطلبة. وتم تجميع بيانات من خلال استخبار حول الخلفية الأسرية، والفروق فى مقاييس مفهوم الذات وفقًا لمنحى "هيجينز" Higgins (الفصل الثامن) وقوائم أعراض، وتقارير ذاتية عن الرضا، وتقارير عن الأنشطة، ومعلومات موضوعية عن الأداء الأكاديمى، ومعلومات عن مهمة الحياة واستراتيجياتها.

وفى بداية المشروع طلب من المبحوثين أن يكتبوا قائمة بمهام حياتهم الحالية (أى الأشياء التى يعتقدون أنهم يعملون من أجلها فى حياتهم) تم ترتيبها وفقًا للأهمية. وتم حصر متوسط للمهام = ٨٣، ترتب من أكثرها تجريدًا (النضج الذى يتجاوز عقليتى فى الثانوية) إلى العيانى والمباشر (البحث عن صديقة أو صديق). وطُلب من الطلبة ترميز المهام التى ذكروها إلى ثلاثة فئات من مهام الإنجاز

(الحصول على درجات جيدة والتخطيط للمستقبل، وإدارة الوقت) وثلاث فئات من المهام بين الأشخاص (يأخذ طريقه مستقلاً عن الأسرة، وتنمية هوية، وتكوين أصدقاء). ثم تم ترتيب المهام الست التى تم الإجماع عليها إلى أبعاد مثل الأهمية، والمتعة، والصعوبة، والتحدى، والتحكم. ومن هذه الأبعاد تم من خلال التحليل العاملى للترتيبات تحديد ثلاثة مجالات: الجوانب السلبية للمهام (يثير المشقة، صعب، يستهلك الوقت)، وجوانب تمثل مكافآت (مثل: المتعة والتقدم)، ومسائل تتصل بالتحكم الشخصى (مثل: التحكم والمبادأة). وطلب كذلك من المبحوثين أن يذكروا فى قائمة المواقف العيانية التى يتم تطبيق هذه المهام فيها، وخطتهم لتناولها. وأخيرًا كما حدث فى بحث "إيمونز" طلب من الأشخاص الدرجة التى يتم فيها تيسير أو إعاقة جهدهم فى كل مهمة من خلال السعى لمتابعة مهام أخرى. وهنا وجد صراع عام بين متابعة المهام الأكاديمية والسعى لمتابعة مهام الحياة الاجتماعية (Cantor & Langston, 1989).

وتم تقدير الاستراتيجيات، من خلال استخبار ومقابلات شبه مقننة. وتم تحديد استراتيجيتين على أن لهما أهمية خاصة، واحدة فى المجال الأكاديمى، والأخرى فى المجال الاجتماعى. ففى المجال الأكاديمى تم التمييز بين المتفائلين والمتشائمين تشاؤمًا دفاعيًّا (Cantor, 1999; Norem & Cantor, 1986).

وفى توقع إنجاز المهام، يشعر المتفائلون بقليل من القلق وبمستوى مرتفع من التوقعات. ومن ناحية أخرى، فإن المتشائمين الدفاعيين يقومون بتنفيذ أسوأ السيناريوهات فيحددون توقعات منخفضة ويتخذون خطوات عيانية للإعداد لمتطلبات المهمة. ولا يختلف كل من المتفائلين والمتشائمين تشاؤمًا دفاعيًّا من خلال الأداء الفعلى، أو فى الفصل الدراسى الأول. أى أن المتشائمين تشاؤمًا دفاعيًّا مالوا إلى أن يكونوا هم الطلبة الذين يراهم الآخرون على أنهم قلقين دائمًا، عندما لا يكون لديهم شىء يقلقون عليه. ونظر إلى كل من التفاؤل والتشاؤم، على أنهما استراتيجيان لتحقيق المهام، والأفراد المتفائلون يعملون أفضل. فالمتفائلون تساعدهم

نظرتهم الإيجابية على التركيز فى توقعات أداء إيجابى، وتجنب التفكير فيما قد يحدث من خطأ. وتبدو استراتيجية المتشائمين الدفاعيين على أنها تسمح لهم بزيادة الضرر[١] القلق المرتبط بالأداء الأكاديمى. أى أن تنفيذهم لأسوأ السيناريوهات، واستعدادهم لعدم العمل بكفاءة، يبدو أنه يهدئهم دون أن يتدخل مع التزامهم بمتابعة المهمة بجد. وفى نفس الوقت من الواضح أن هذه الاستراتيجية تديم القلق، وهذه الفروق فى الاستراتيجيات لا تنتقل إلى العالم الاجتماعى، أى أنه سواء كان الفرد متفائلاً أو متشائمًا تشاؤمًا دفاعيًّا فيما يتصل بتحقيق المهام، فإن هذا لا ينبئ بتناول المهام الاجتماعية. وفى المجال الاجتماعى وجدت فروق بين الطلبة، من خلال ما أطلق عليه مصطلح "إكراه اجتماعى[٢]".

واستراتيجية الإكراه الاجتماعى تستخدم فى حالة القلق الاجتماعى. واستراتيجية القلق الاجتماعى تستخدم غالبًا مع القلق. فهى تشبه التشاؤم الدفاعى، إلا أنها تركز على المجال الاجتماعى. والأفراد المرتفعون فى الإكراه الاجتماعى يميلون إلى أن يكونوا موجهين نحو الآخر، وقلقين على أدائهم الاجتماعى. ومع أن معظم الطلبة ذكروا أنهم يستمتعون بمهامهم الاجتماعية أكثر من مهامهم الأكاديمية. فإن هؤلاء الطلبة ذكروا شعورهم بمشقة ومشاعر سلبية فى المجال الاجتماعى.

ويبدو أن القيمة التكيفية للاستراتيجية تتحقق فى استخدام الآخرين لإرشاد الشخص فى أفعاله الاجتماعية، وحماية تقدير الذات من خلال أن يكون الشخص تابعًا ومشاهدًا أكثر منه قائدًا. ومن ثم فإن هذه الاستراتيجية تحقق بعض المشاركة فى النشاط الاجتماعى. ومن ناحية نوعية السياق، مرة أخرى، من المهم ملاحظة أن المعارف السلبية لدى مرتفعى الإكراه الاجتماعى لا يتم تعميمها على مجالات أخرى. وبوجه عام، فإن المرتفعين فى الإكراه الاجتماعى لم يكونوا مكتئبين ولا سلبيين نحو الحياة أو نحو أنفسهم بالمقارنة بمنخفضى الإكراه الاجتماعى.

---

(١) To Harmess

(٢) Social Constraint

أضواء على باحث

نانسى كانتور ديناميات الشخصية فى سياق

فى مراهقتى فى الستينيات أعجبت بـ إريكسون؛ ونقلت كفاح الهوية إلى أطوال جديدة أو إلى أعماق جديدة، بالإضافة إلى إسهام والدى. وبناء على هذا فإنه من وجهة نظرى ترتقى الشخصية وتنمو فى سياق حياتها الثقافى- الاجتماعى. ونحن كعلماء نفس أو والدين أو أقران، نتصرف أيضًا كما لو كان الأفراد لهم شخصيات متعددة ناسين أن ما يفعله الأشخاص ويحاولون فعله، ومع من يفعلونه، يمكن تعريفهم أو يعاد تعريفهم: من هم ومن يمكن أن يصبحوا. لهذا فإنه عند التفكير فى الشخصية، بدأت بمقدمة هى أن الكائنات الإنسانية لديها دافع إلى أن تصبح مُشَارِكَة مُشَارَكَة كاملة فى ثقافاتهم، وأن قليلين منا يجدون من السهل عليهم أن يضطلعوا بمهام ذات قيمة ثقافية وتتصل بهم شخصيًّا.

وفى الدراسات العليا استمعت إلى "ولتر ميشيل" Walter Mischel ولم يكن ما استمعت إليه هو النظرية التشاؤمية التقليدية السائدة آنئذ كما تتمثل فى نظرية السمة والتحليل النفسى، وإنما نظرة متفائلة للمرونة؛ فالأشخاص فى الحقيقة ليس عليهم أن يصنفوا فى خانات (مثل عيون أبراج الحمام) على أساس ماذا كانوا، وإنما يمكن وصفهم من خلال ماذا كانوا يفعلون. وأحسن من هذا فإن جانب الفعل فى الشخصية قد يشتمل على العمل المعرفى الذى نقوم به، بالإضافة إلى الأفعال الصريحة, وقد عملت مع جون كنلستروم Jhon Kinlstrom فى تطوير إطار لحل المشكلة للشخصية. تتخذ فيه أفكار الأشخاص ومشاعرهم وجهودهم شكلاً ووظيفة، من خلال مهام الحياة التى يعملون فيها، ومن خلال استخدامهم اليومى

للاستراتيجيات المعرفية والسلوكية. ويختبر منظورنا للذكاء الاجتماعى الطرق التى يفكر بها الأشخاص بطريقة إبداعية حول إمكاناتهم والعوالم الممكنة التى يمكن أن يعيشوا فيها. ونفترض أن التفكير الذكى والفعل غير المتصلب يخدمان وظيفة إنسانية أساسية، تمكّن الأشخاص من المساهمة بحماس فى مهام ذات قيمة ثقافية فى الحياة اليومية.

وقد امتد عملنا متجاوزًا المعمل ليشمل متابعة مهمة الأفراد فى حياتهم اليومية – كيف يستجيب الأشخاص للعقبات، كيف يتوقعون المشكلات أو يشتتون أنفسهم عند مواجهة القلق، إلى مَنْ يرجعون عندما يتملكهم القلق، وعندما يقررون أن من الأفضل متابعة المهمة التالية. وحاولنا من خلال الخبرة واستخدام عينة المذاكرات اليومية أن نرسم مخططًا لدينامية ارتفاع وانخفاض جهود الأفراد فى المشاركة فى حياة ثقافتهم، من أجل كل من: ماذا يفعل الأشخاص، ولأى غاية يفعلون ما يفعلون. وبهذا الخصوص أرى أن التحدى لبحوث المستقبل فى ميداننا، يكمن فى الإبداعات المنهجية التى تزودنا بصورة كاملة لديناميات الشخصية فى سياق. ولمواجهة هذا التحدى، نحتاج إلى أن نتجاوز الجدل حول الاتساق؛ لأن المهام تتغير وكذلك الفرص المتاحة والقيود، أمام حلولنا المفضلة. ومن ثم افترض أننى لم أبعد كثيرًا فى رسالتى عن "إريكسون" أو "ميشيل".

باختصار، فإن "كانتور" تركز فى نظرتها لمسار الفعل على مهام الحياة التى يختارها الأشخاص لأنفسهم، وعلى الاستراتيجيات التى يستخدمونها لحل المشكلات المرتبطة بهذه المهام. وكما تمت ملاحظته، يوجد تأكيد على النشاط المعرفى، إلا أن مهام الحياة والاستراتيجيات تمت رؤيتها أيضًا على أنها مرتبطة بالانفعال، وأنواع السلوك الممكن. ويوجد غير التأكيد المعرفى، ثلاثة جوانب للمنحى لها قيمتها، **الأول:** من الواضح أنه فردى، وذلك فى تأكيده على المعنى الفريد الذى يعطيه الأفراد للمواقف، والأحداث، ولأنفسهم، وللحياة بوجه عام. **والثانى:** يكون التركيز على العملية التكيفية، وبوجه عام يوجد تفاؤل فيما يتصل بجهود الأشخاص لحل مشكلات حياتهم. ويميل التأكيد أن يكون على التكيف الناجح أكثر من التركيز على التكيف المشكل. **والثالث:** يوجد – كجزء من التأكيد على التكيف الناجح– تأكيد على القدرات التمييزية والمرونة ونوعية السياق: "وجوانب القصور المعممة تمثل الاستثناء، وليست القاعدة فى الذكاء الاجتماعى". ونموذجيًا، فإن كفاءة الذات تتنوع كثيرًا لدى الفرد عبر مختلف مجالات المهمة، ويكوّن الأفراد أهدافًا مهمة مختلفة. ويستخدمون بطرق مختلفة استراتيجيات ذات كفاءة لمواجهة هذه الأهداف فى مختلف مجالات مساعيهم للتوجه نحو الهدف (Cantor& Langston, 1989, p. 159).

أهداف الإقدام– الإحجام[١]، والتركيز على التقدم – والإعاقة[٢]

نتناول الآن نوعين من التقدم الحديث فى مجال بحوث الهدف. وكلا التركيزين يوضح كيف أن السلوك الموجه نحو هدف، يمكن تناوله من خلال طريقة إيجابية ومتفائلة أكثر منها سلبية دفاعية. وقد حصل قادة هذين المجالين من مجالات البحث، على جائزة عن جهودهم من الجمعية الأمريكية لعلم النفس. وتؤكد نظرية دافعية المتعة[٣] (الفصل "٤") السعى نحو اللذة[٤] وتجنب الألم. ومن خلال نظرية

---

(١) Approach-Avoidance
(٢) Promotion -Prevention Focus
(٣) Hedonic Motivation
(٤) Pleasure

الهدف يعبر عن هذا من خلال السعى للاقتراب من الأهداف، وأقل قدر من استخدام أهداف التجنب. فمثلاً قد يكون الشخص مدفوعًا بهدف الإنجاز فى مقابل الخوف من الفشل، وهذا التمييز كان منذ مدة طويلة جزءًا من التراث العلمى للدافعية. كما يبدو بوضوح فى الحاجة للإنجاز والخوف من الفشل. ومع ذلك فمع الانخفاض المبكر والخوف فى الاهتمام بالدافعية، فإن التأكيد على أهداف الإقدام والإحجام فُقِد إلى حد ما فى التراث العلمى. وقد تغير هذا كثيرًا مع الاهتمام الحديث بالفروق فى أداء الشخصية نتيجة للتركيز على الاقتراب فى مقابل التجنب للأهداف.

فمثلاً ترى إليوت (Elliot, 1999; Elliot & Covington, 2001) أن التمييز بين دافعية الإقدام والإحجام أساس لدراسة السلوك الإنسانى. وبالنسبة له ففى سلوك دافعية الإقبال إثارة أو توجيه إلى نقطة غاية مرغوبة. بينما فى سلوك دافعية التجنب إثارة أو توجيه من خلال نقطة غاية غير مرغوبة. وقد دلت البحوث المبكرة على أن دافعية الإقبال (أى الاحتفاظ بالكفاءة) ترتبط ارتباطًا موجبًا قويًّا بالدافعية الداخلية، أكثر مما ترتبط دافعية التجنب (أى تجنب عدم الكفاءة) (Elliot & Harackiewicz, 1996).

وقد وجدت البحوث التالية علاقة بين التركيز على أهداف التجنب والآثار السلبية للخوف من الفشل (Elliot, Chirkov, Kim & Sheldom, 2001). ومع ذلك أثير فورًا سؤال، يتصل بالتمييز بين هدف الإقدام– الإحجام وبين السيطرة[١] (التعلم)؛ أى تأكيد تمييز الأداء لدى "دويك" Dweck (الفصل"٤")، ولدى آخرين فى التراث العلمى للأهداف. وافترضت إليوت (Elliot& Church, 1997; McGregor, 2001) أن الإجابة عن السؤال هى أن النوعين من التمييز مستقل كل منهما عن الآخر. وعلى هذا يمكن تمييز أربعة من إنجازات الأهداف: إقدام أداء – وإحجام أداء– وإقبال سيطرة– وإحجام سيطرة. وتم إعداد استخبار لقياس

(١) Mastery

الفروق الفردية فى هذه التوجهات الأربعة للهدف، وتوجد بنود توضيحية فى الجدول (٩-٦). ووُجد عدد من الفروق.

الجدول رقم (٩-٦)

أمثلة لبنود تحقيق الهدف

<u>الاقتراب من السيطرة:</u>
ـ أرغب فى السيطرة تمامًا على المادة المقدمة فى هذا المقرر.
ـ أريد أن أتعلم أكبر قدر ممكن من هذا المقرر.
<u>تجنب السيطرة:</u>
ـ يقلقنى أن لا أتعلم كل ما أستطيعه فى هذا المقرر.
ـ أخاف أحيانًا أن لا أفهم مضمون هذا المقرر بطريقة كاملة كما أود.
<u>الاقتراب من الأداء:</u>
ـ من المهم أن يكون أدائى أفضل من أداء باقى الطلبة.
ـ من المهم لدى أن أُحسِن الأداء مقارنة بباقى الطلبة فى هذا المقرر.
<u>تجنب الأداء:</u>
ـ أريد فقط تجنب الأداء الضعيف فى هذا المقرر.
ـ خوفى من الأداء الضعيف فى هذا المقرّر هو الذى يدفعنى دائمًا.

(Source: "A 2×2 Achievement Goal Framework," by A. J. Elliot & H.A. McGregor, 2001, in *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, p.504).

بين التوجهات الأربعة للهدف من خلال السوابق والنتائج. فمثلاً ارتبط العائد الوالدى السلبى بظهور كل من تجنب السيطرة وأداء الأهداف: ومن ناحية النتائج فإن التأكيد على منحى أداء الأهداف كان منبئًا بأداء موجب على الامتحان؛ على حين كان التأكيد على تجنب أداء الأهداف منبئًا بالقلق والانفعالية وانخفاض الأداء على الامتحان. ومن ناحية الصحة كان التأكيد على منحى السيطرة على الأهداف مرتبطًا بانخفاض زيارات المركز الصحى، على حين كان التأكيد على تجنب أداء

الأهداف مرتبطًا بزيادة الزيارات للمركز الصحي.

وحديثًا بحثت "إليوت" (Church, Elliot & Gable, 2001) العلاقة بين إدراكات طلبة البكالوريوس لبيئة الفصل، وتبنيهم لتحقيق أهداف خاصة بالمقرر الدراسي، ودرجة أدائهم ومستوى الدافعية الداخلية. وقبل أول امتحان وضع الطلاب تقديرات للمقرر الدراسي من ناحية إلى أي درجة ينظرون إلى المحاضرات على أنها مهمة، وإلى أي درجة يركز المقرر على الدرجات (التركيز على التقويم)، ودرجة توقع صعوبة أو قسوة[1] نظام إعطاء الدرجات (قسوة التقدير).

لاحظ أنه تم تقدير طبيعة بيئة الفصل قبل أول امتحان، وعلى هذا فإن هذه التقديرات لم تتأثر بدرجة الأداء. وقد وجدت علاقة بين إدراك المحاضرات على أنها "مهمة" وانخفاض التركيز على التقويم وتقدير عدم قسوة بيئة التقويم، وبين السيطرة على الأهداف، وبالتالي فإن أهداف السيطرة ارتبطت بكل من ارتقاء النضج الداخلي والدرجة الإيجابية على الأداء. وعلى العكس من هذا، فإن بيئة الفصل التي تم إدراكها على أن لها تركيز تقويم قوي وعملية تقويم قاسية ارتبطت بأهداف تجنب الأداء، وكل من المستوى المنخفض من الدافعية والمستوى المنخفض من درجات الأداء. وافترض أنه كلما انخفض الأداء الأكاديمي كلما ارتبط القلق بالخوف من الفشل، رغم أنه ينبغي ملاحظة أن أقوى منبئ بأداء الدرجة كان الدرجات على مقياس للقلق.

وباختصار، توحي البيانات بوضوح أن إدراك بيئة الفصل يتأثر بكل من ارتقاء الدافع الداخلي ودرجة الأداء. وعلى حين تركز بحوث "إليوت" على أهداف الإقدام والإحجام وعلى نقاط الغاية التي يوجه إليها السلوك، فإن "هيجينز" (Higgins, 1997, 1999, 2000) يركز في بحوثه على الاستراتيجيات التي يستخدمها الأشخاص لتحقيق أهدافهم. ويقبل "هيجينز" الرأي الذي يذهب إلى أن

Hard (١)

الأشخاص لديهم دافع للاقتراب من اللذة وتجنب الألم. ومع ذلك فهو يؤكد أن هـذا لا يكفى لتفسير السلوك الإنسانى، ويوحى بأن ما يمكن إضافته هو الفهم لتعقيدات تنظيم الذات لدى الأشخاص. وهو يؤكد هنا مفهوم التركيز المنظِّم(1) الذى يعرف من خلال الحاجات التى يؤكد عليها الأفراد، والاستراتيجيات المستخدمة لمواجهة هذه الحاجات. ومما له أهمية خاصة، الفرق بين تركيز التقدم(2) وتركيـز الإعاقـة(3). ووفقًـا لـ "هيجينز" فإن التركيز المنظّم للتقدم يتضمن تأكيدًا على المكاسب والإنجازات وما تـم تحقيقه، بينما يتضمن التركيز المنظِّم للإعاقة تأكيدًا على الخسائر والأمـان والفـشل. بينما يتضمن التركيز المنظِّم للتقدم استخدام اسـتراتيجيات التقـدم لبلـوغ الهـدف، ويتضمن تركيز الإعاقة استراتيجيات التجنب. وبينما يتضمن تركيز التقدم متابعة كل وسائل التقدم، يتضمن تركيز الإعاقة تجنب الأخطاء. ومن ثم فحتى عند متابعة نفس الهدف، فإن أساس هذا الهدف مختلف فى الحالتين. فمثلاً، قد يكون لدى شخص هدف تحقيق المستوى(أ) (ممتاز) فى أحد المقررات، ففى أحد الأهداف قد تُمثل الدرجة (أ) إنجازًا (أى، تركيز تقدُم)، على حين فى الحالة الثانية قد تمثل الدرجة (أ) تجنبًا للفشل (أى، تركيز إعاقة). وقد يبدو غريبًا التفكير فى الدرجة (أ) كنوع من تجنب الفـشل، إلا أننى أتذكر مريضًا كانت كل درجة بالنسبة له أقل من (أ)، بل كل درجة لامتحان تقل عن أعلى درجة فى الفصل تمثل فشلاً.

تذكر أننا عرضنا فى الفصل السابق بحوث "هيجينز" حول توجيه الذات، ولم أندهش أن أجد "هيجينز" يستخلص علاقة بين الفروق الفردية فـى توجيـه الـذات والفروق فى التركيز المنظِّم. وقد أوحى "هيجينز" بحق، بوجود صلة بـين التأكيـد على إرشاد الذات المثالى وبين التركيز على التقدم، وبين التأكيد على إرشاد الذات نحو ما ينبغى وبين تركيز الإعاقة. ومن ثم فإن الشخص الذى لديه تركيـز علـى

---

(1) Regulatory Focus

(2) Promotion Focus

(3) Prevention Focus

التقدم يهتم بالطموحات، والامال، والرغبات، بينما الشخص الذى لديه تركيز على الإعاقة يهتم بالمسئوليات، والواجبات، والالتزامات. وقد أوحى أيضًا بوجود صلة بن التعارضات فى الذات وبين التركيز المنظم. أى أن وجود تعارض مع الذات المثالية يرتبط بالتركيز على التقدم وانفعالات الغم والاكتئاب، بينما يرتبط التعارض مع الذات الملزمة بالتركيز على الإعاقة وانفعالات القلق واليقظة والاهتياج. وباختصار، يفترض "هيجينز" نظامًا عريضًا للتشعب من الفروق فى تركيز التنظيم، يتراوح من الفروق فى طريقة صياغة الأهداف، إلى الفروق فى الانفعالات المصاحبة للكفاح للهدف، وبتحقيق الهدف والفشل فى تحقيق الهدف.

عناصر مشتركة، وفروق، وأسئلة لم تتم الإجابة عنها:

وضعنا فى حسباننا، فى هذه الفقرة، الاقتراب من الأهداف، وجهد تحقيق الأهداف من خلال الفعل. إنها تشترك فى ملامح نموذج الأهداف الذى عرض فى أول هذا الفصل، وجهود "دويك" Dweck (الفصل "٤") وكذلك جهود الآخرين الذين يعملون فى هذا المجال، والذين يوحدهم تأكيد مشترك على الطبيعة الغرَضية المتوجهة نحو هدف للنشاط. ومع التأكيد على العمليات المعرفية فإنه يؤكد كذلك على الوجدان وعلى السلوك الصريح. والواقع أن العلاقات بين التفكير والوجدان والعمل لها عناية خاصة. يضاف إلى هذا أنه غالبًا، يوجد تأكيد على تقدير النشاط الموجه نحو هدف فى مواقف الحياة الواقعية وعبر الزمن وعلى قيمة التحليلات الشخصية[١]، وكذلك على صياغة القوانين العامة وعلى خصائص نسق بناء الهدف والعمليات. وفى نفس الوقت توجد فروق بينها وأسئلة تحتاج إلى أن توجه. وسوف نركز على نقطتين (Pervin, 1999)، **الأولى**: هى مسألة الوعى بالأهداف. وباحثو الشخصية الذين سيتم وضع عملهم فى الحسبان فى هذه الفقرة يؤكدون على قدرة الشخص أن يكون على وعى وأن يصف أهدافه. وهم يفترضون أن الأشخاص لا

---

(١) Idiographic Analysis

يركزون انتباههم الواعى على هذه الأهداف أو على متابعتها؛ أى أنهم قد يندمجون معها على أساس آلى (غير شعورى) لكنهم يكونون قادرين على إحضارها للوعى أو الشعور عند الضرورة.

وتتضمن مناهج البحث المستخدمة دراسة الأهداف التى يمكن تحديدها من خلال الأفراد. وفى الوقت نفسه يوحى نموذج الأهداف الذى سبق تقديمه فى هذا الفصل، بوجود أهداف لا شعورية لا يستطيع الأفراد تحديدها أو ذكرها. فمثلاً، إذا وضعنا فى حسباننا البحوث التى أجريت على التعلق فى الفصل "٧ ". يبدو أن كثيرًا من الأفراد لا يكونون على وعى بسلوكهم عن التعلق، وبالأهداف المتضمنة فى هذا السلوك، وبالنماذج العاملة للآخرين وبالعلاقات بين الأشخاص المتضمنة فى هذه المساعى. ووجهة النظر التى نتبناها هنا، هى أن بعض الأهداف -بما فى ذلك أهداف على جانب كبير من الأهمية- غير شعورية وليس لدينا حاليًا مناهج ملائمة لتقدير هذه الأهداف، أو الدور الذى تلعبه فى الحياة اليومية.

أما النقطة الثانية: يوجد السؤال من أين جاءت هذه الأهداف؟ وقد تكرر كثيرًا تجاهل علماء النفس للأساس الذى تكتسب عليه الأهداف. والسؤال الجوهرى هنا هو ما الذى يعطى الأهداف قوتها الدافعة؟ وأكثر الإجابات شيوعًا عنه هو ارتباط الأهداف بالوجدان (Pervin, 1983, 1989). وقد أعطت نظرية الهدف التى سبق عرضها اهتمامًا خاصًا لعملية التشريط الكلاسيكى بهذا الخصوص. وفى حالات أخرى لا يذكر دور الوجدان صراحة، بل يكون ضمنيًا فى مناقشة علاقة الأهداف بالدافع وهكذا، فمثلاً لا يؤكد "باندورا" (Bandura, 1986) دور الوجدان فى الدافعية وإنما تحدث عن استجابات تقويم الذات (مثل: الفخر واليأس) لمواجهة معايير الأداء. ولم توجِّه نظرياتُ أخرى للهدف السؤالَ من أصله.

ويوحى ما سبق بالحاجة إلى إعطاء المزيد من الاهتمام لكيف يتم اكتساب الأهداف؛ لأنه أصبح مستقلاً وظيفيًا وتم التخلى عنه.

وليست مستقلةً عن هاتين النقطتين مسألةُ تقسيمات[1] الأداء الموجه نحو هدف والمنظَّم ذاتيًا وسوف ننظر فى هذا الموضوع الآن.

تقسيمات فى تنظيم الذات: ومشكلة الإرادة الحرة:

بدأ هذا الفصل باستشهاد من "وليم جيمس" يتصل بالإرادة – ما الذى يجعلنا قادرين على أن نقوم من سرير دافئ فى صباح بارد؟ وقد أدى هذا بنا إلى النظر فى الفعل الموجه نحو هدف أو السلوك الهادف. وهذه النظريات لها غالبًا طابعها العقلى. فنظرية قيمة التوقع لها طابع للاختيار عقلى. فالأشخاص الذين يختارون هذا السلوك أو العائد، يفكرون فى أن يحصلوا على أعلى وحدة للتوقع قائمة على أساس القيمة والاحتمال. وغالبًا فإن البحوث موضع الاهتمام تكون شديدة التفاؤل عن أداء الشخص للتكيف للمتطلبات الداخلية والخارجية. وقد فوجئت أثناء عملى كمعالج بالمشكلات التى يواجهها الأشخاص فيما يتصل بالأداء الموجَّه نحو هدف، أو الإرادة أو ما أشير إليه بمشكلات الإرادة الحرة (Pervin, 1999).

وهنا أيضًا نستطيع أن نعود إلى "وليم جيمس" إذا قارنا الأعراض الخارجية للانحراف، فإنها تقع فى فئتين، **الأولى** تكون الأفعال السوية مستحيلة، **والثانية** يتعذر كبت الأعراض الشاذة. وباختصار، يمكن أن يطلق عليها على التوالى: الإرادة المعاقة والإرادة الانفجارية (James, 1892, p. 436). وقد كان "وليم جيمس" مهتمًّا بالإرادة والفعل الإرادى، وأكد ما أطلق عليه اسم الفعل الفكرى الحركى[2]، حيث يرى أن مجرد آثار فكرة الحركة تكفى لإحداث الحركة ذاتها. وبعبارة أخرى، إننا نقوم ونخرج من السرير بسبب فكرة أن نفعل هذا – "نحن نفكر فى الفعل فيتم" (p.423) ولكن لماذا إذن يكون من الصعب القيام من السرير؟ يوحى "وليم جيمس" أن هذه الحالات تحدث عندما توجد أفكار متنافسة تعوق الحل.

Breakdowns (١)
Idio-Motor Action (٢)

لكن ما الحالات التى لا نستطيع فيها أن نتغلب على هذه الأنواع من التدخل، التى لا نستطيع فيها أن نحل هذه المشكلة، أو نقوّى إرادتنا لأن نفعل ما نريد أن نفعله؟ ويشير "جيمس" إلى هذه الحالات على أنها عدم صحة للإرادة. وهكذا أشار الاستشهاد السابق إلى نموذجى الإرادة غير الصحية: الإرادة المعاقة والإرادة الانفجارية. وفقًا لـ "جيمس" فإن الفعل قد يتضمن التفاعل بين قوى الاندفاع والكف. وهاتان القوتان تعملان دائمًا معًا. ويتمثل الناتج فى التوازن بين القوى المتقابلة. فالإرادة المعاقة تحدث عندما يكون الاندفاع غير كاف أو عندما يزيد الكف، على حين تحدث الإرادة المتفجرة عند الزيادة الشديدة فى الاندفاع أو عند ضعف الكف. وباختصار، ففى أى حالة محددة من تقسيمات الإرادة الفاعلة قد يوجد اندفاع شديد أو ضئيل، كما قد يوجد كف شديد أو ضئيل.

ويرجع الفضل الكبير إلى "وليم جيمس" لأنه اهتم بمشكلة تجاهلها علماء النفس كثيرًا وهى مشكلة الإرادة ومشكلة تقسيمات الإرادة، أو الإرادة الحرة، وتنظيم الذات. وقد طلبت فى أحد الفصول الدراسية من طلبة مقرر دراسى مطول عن الشخصية أن يحدد كل منهم أى مشكلة تواجهه وما يراه من أسباب لها. وقد ذكر كل طالب تقريبًا صعوبة أو أكثر من هذه الصعوبات، وكان أكثرها شيوعًا مشكلات إرجاء الأفعال وإفراط الأكل. ومعظمهم أمكنه أن يذكر بعض أسباب الصعوبات، إلا أنه بوجه عام كانت هذه مجرد صياغات للمشكلة أكثر منها تحليلاً سببيًّا لها. أى أن طالبًا قد يذكر: "أشعر أنه ينبغى على أن أكتب البحث، لكننى لا أستطيع أن أجعل نفسى أجلس وأفعل هذا" أو "أعرف مقدار السعرات الحرارية الموجودة فى الأكل، وأننى أحتاج إلى أن أفقد بعض الوزن (أخسّ) إلا أننى أشعر كما لو كنت فعلت هذا".

ومشكلة الإرجاء[1] تصوّر ما يطلق عليه "وليم جيمس "الإرادة المعاقة، بينما

Procrastination (١)

الإفراط فى الأكل يمثل الإرادة المتفجرة. **الأولى** تتضمن مشكلات كـف، فهـؤلاء الأشخاص لديهم كف يمنعهم من فعل ما يقولون إنهم يريدون أن يفعلوه. أما **الثانية** فتتضمن مشكلة إدمان[١]، ليس من الضرورى أن يكون بمعنى إدمان المخدرات أو التدخين، ولكنه بمعنى اندفاع الرغبة أو اللهفة. وقد رأيت كثيرًا من المرضى ممن لديهم مشكلات كفّ أو مشكلات إدمان. فأحد المرضى قد لا يستطيع أن يجعل نفسه يكتب البحوث المطلوبة فى الوقت الملائم، حتى إن كان هذا يعنى ضـياع مـساره المهنى. وبالمثل قد يأتى فى كل موعد من مواعيد جلساته العلاجية متأخرًا، حيـث يأتى قبل نهاية موعد علاجه بدقائق. ومريض آخر كان لديه كـف فيمـا يتـصل بالعلاقة بالنساء. وقد كان رجلاً شديد النجاح والجاذبية وموضع رغبة كبيـرة فـى الزواج منه. ومع ذلك فمجرد أن يبدأ علاقة وثيقة بامرأة بهدف الزواج، كانت تغلبه العقبات وينهى العلاقة، من أجل أن يبدأ محاولة جديدة مع امرأة أخرى. وكان إذا لم يكن مع النساء يشعر بالوحدة، ومعهن يشعر بعدم الراحة.

وعلى العكس من هذه المشكلات فى الكف، كان بعـض مرضـاى يجـدون أنفسهم مضطرين لفعل أشياء لا يريدون أن يفعلوها. فقد أدمنوا بعض الأشياء مثل العمل أو تناول الأطعمة الدهنية، أو طلب تليفونات من منـاطق بعيـدة لإجـراء محادثات جنسية، إلا أن كلاً منهم كان يعانى من كف أو إدمان من نوع أو آخـر. ليس هذا فقط بل إن بعض الأشخاص يعانون من كل من أنواع الكف والإدمان، كما فى حالة المريضة التى لا تستطيع التأمين وفى الوقت نفسه تدمن الأكـلات التـى تهدر صحتها. وفى كل هذه الحالات لا يستطيع الأشخاص تنظيم أنفسهم، وهم غير قادرين على فعل الشىء الذى يبدو أكثر معقولية، أو الشىء الذى يبدو له معنى من وجهة نظرهم لقيمة التوقع، ومن وجهة نظرهم الذاتية للفائدة المتوقعة.

وليس لدى علماء الشخصية الكثير لتقديم طريقة لفهم هذه الظـواهر. وربمـا

---

(١) Addiction

كان لديهم من الاستبصار أقل من "جيمس" نحو المشكلة التى واجهها فى تأكيده على القوى المتصارعة. ومعظم النظريات المعرفية تركز علـــى مـــشكلات الارتبـــاط، وتعكس مشكلات الإرادة الحرة توزيعًا فى مركز الانتباه، فالشخص الذى لديه كفّ لا يستطيع التركيز على هدف مقصود كما أن الشخص المدمن لا يستطيع التركيـــز على هدف بديل. وتتمثل الإجابة عن هذه المشكلات فى إعادة تركيز الانتباه علـــى الهدف المرغوب. وهذا التحليل يضفى معنًى واضحًا علـــى المـــشكلة، لأن هـــذه المشكلات فى الإرادة الحرة تتضمن مشكلات فى تركيز الانتباه. ومع ذلـــك فمـــاذا تخبر به الشخص الذى لا يستطيع أن يعيد توجيه انتباهه، الشخص الذى يقول "أنـــا أحاول التركيز على كتابة البحث، إلا أن عقلى يندفع ويصبح خاليًا"، أو الـــشخص الذى يقول "أحاول التفكير فيما أريد حقًّا أن أفعله، لكننى تنتابنى وسواس فيما أرغب أو أفكر فيه؟" وبعبارة أخرى إن مشكلة تركيز الانتباه تمثـــل جـــزءًا حقيقيًّـــا مـــن المشكلة، لكنها وصفية أكثر منها تفسيرية. وإذا أخذ الشخص نفسه خارج الموقـــف المشكل، فإن هذا غالبًا يساعد على إعادة تركيز الانتباه. ولكن أيًّا ما كانت القدرات التكيفية الأخرى للتفكير الإنسانى، فإن الأشخاص يأخذون غالبًا معهم ذهنهم الخالى والموسوس حيث يكونون.

هل هذه المشكلات فى الإرادة الحرة هى فى أساسها مـــشكلات فـــى فعاليـــة الذات؟ من المؤكد أنها مشكلات فى الفعالية، لأن الشخص لا يـــستطيع أن يـــؤدى الأفعال الضرورية لمواجهة متطلبات مواقف معينة. ولكن هل هى مـــشكلات فـــى فعالية الذات من خلال إدراك الشخص لقدرته على مواجهة متطلبـــات الموقـــف؟ الإجابة هنا ليست قاطعة فمعظم الأشخاص فى هذه المواقف يعترفون بعدم قـــدرتهم على ممارسة إرادة حرة، وتجاوز أنواع إحباطاتهم، أو إيقاف سلوكهم القهـــرى أو الإدمانى، ومع ذلك فكثير من الأشخاص لديهم إيمان كامل بفعاليتهم. ويوجد مدمنون للكحول (والمخدرات)، وللسجائر يدّعون أنهم يستطيعون التوقـــف فـــى أى وقـــت يريدون. وكما نعرف، فإن معتقدات فعالية الذات تكون غالبًا مختلفة مـــع الواقـــع.

فالأشخاص قد يعتقدون أنهم يستطيعون عمل ما يستطيعون عمله. وفى كثير من الحالات يمكن أن تحدث تغيرات فى معتقدات فعالية الذات بسرعة فائقة. فالشخص يشعر بشدة بالثقة فى النفس فى لحظة معينة، على حين يشعر بقلق شديد وشك فى لحظة أخرى.

وما ينبغى تأكيده هنا، هو أننا لا نتحدث عن سلوك شاذ يميز قلة من الأفراد الغرباء، وإنما إلى حد ما نحن نتحدث عن سلوك إنسانى يومى. ومن هنا كيف نستطيع أن نضع هذه الظواهر فى نماذجنا للفعل الموجه نحو هدف؟ ويبدو أن مشكلات الكفّ تعد أسهل غالبًا من مشكلات الإدمان. فمشكلات الكفّ غالبًا تبدو على أنها تتضمن قلقًا؛ أى أن الشخص لا يستطيع أن يفعل ما يريد أن يفعله لأن القلق مرتبط بالفعل. والرجل الذى يسعى للمودة يكون خائفًا منها والشخص الذى يسعى إلى أن يسلّم عمله فى الوقت المحدد له يخاف من تقويم العمل (الخضوع لوقت التسليم النهائى). ومن ناحية أخرى، كيف نستطيع تفسير قوة أنواع الإدمان؟ لن تكفى التفسيرات الفسيولوجية وحدها لأن هذه التفسيرات موضع شك بالنسبة للتدخين وتعاطى الكحول ولنترك جانبًا أنواع إدمان القمار والأكل والجنس. ووجهة النظر التى تم تبنيها هنا، هى أنه فى هذه الحالات توجد عملية تشريط كلاسيكى قوية، من خلال التصاحب بين الانفعال الإيجابى المرتبط بفعل أو سلوك معين، يمثل عدم تحققه عدوانًا على رغبات الأشخاص ويبطل نسق تحكمهم التنفيذى. والأمر هنا لا يختلف كثيرًا عن التفضيلات القوية للطعام والروائح، وكذلك عدم التفضيل التى لدينا جميعا، أى أن أنواع التفضيل وعدم التفضيل التى تكتسب فى المراحل الأولى من الحياة، تظل باقية غالبًا ويصعب تغييرها (Rozen & Zellner, 1985).

ومما لا شك فيه أن هذا الحل للمشكلة غير مرض، وقد اقترحت بعض الإجابات البديلة، فمثلاً يوحى "بوميسر" (Baumeister, Bratslasky, Muraven & Tice, 1998; Muraven & Baummeister, 2000) بأن ضبط النفس

يتضمن مصدرًا محدودًا للطاقة أو لقوة العضلات، ويحدث تشعب فى تنظيم الذات عندما تستنفذ المتطلبات هذه المصادر، وثمة حاجة لإجراء الكثير من البحوث فى هذه المنطقة من الاهتمام. والسبب فى مناقشتها فى هذه الفقرة له جانبان، **الأول**: أنه يبرز فى الصدارة مشكلة تواجه كل نماذج السلوك الغرضى؛ ففى توجيه السؤال حول ترجمة التفكير إلى فعل، فهم إما لا يواجهون مشكلات فى هذه الحركة أو لا يوفرون إجابات شافية عن المشكلة. ويبدو أن المشكلات فى الإرادة الحرة تتعارض مع مسلمات هذه النماذج، ومن ثم يبدو أنها تتضمن شيئًا له قيمته للإسهام فى توسيع نطاقها. أما الجانب **الثانى**: فهو أن المشكلات فى الإرادة الحرة ترجعنا إلى السؤالين اللذين تمت إثارتهما فى البداية، وهما: السؤال عن الأهداف غير الشعورية، والسؤال عن من أين جاءت الأهداف. وعندما تتعطل الإرادة الحرة يصبح لدى الأشخاص صعوبة فى ذكر ما هى أهدافهم. وكذلك لماذا يواجهون هذه الصعوبة فى متابعة الهدف الموجود فى ذهنهم. والأشخاص الذين يكافحون الكف لا يكونون غالبًا على وعى بأن هدفًا آخر يتعارض مع الهدف الذى أمام أعينهم. كما أن الأشخاص الذين يكافحون ضد الإدمان يكونون فى حيرة من قوة الهدف الذى يسيطر على انتباههم وجهدهم. وفى هذه الحالة بوجه خاص، كيف تحقق هذه الأهداف قوتها؟ وقد تعجب بقدرة الأشخاص على عمل ما ينوون عمله، وأن ينشئوا هدفًا بشكل هرمى وأهدافًا أكثر نوعية لمواقف نوعية، وأن يغيروا الأهداف وفقًا لما تتطلبه المواقف أو وفقًا لما تتطلبه تغيرات الحياة.

ويمكن أن نعجب بقدرة الأشخاص على تكوين استراتيجيات، وعلى الإرجاء، ومكافأة أنفسهم على الإنجازات، وعقاب أنفسهم على أنواع الفشل، باختصار على تنظيم أنفسهم. وفى نفس الوقت يجب أن نعجب أيضًا بتعطيل تنظيم الذات فى الحالات التى يعجز الأشخاص فيها عن ترجمة الفكر إلى فعل. وربما كان الأكثر دلالة الحالات التى يتحرك فيها الأشخاص للفعل عندما يختارون على العكس أن يفكروا أو يسلكوا بطريقة مختلفة.

سلوك غرضي: Purposive Behavior: سلوك موجه نحو نقطة غاية أو هدف.

التوقع × نظرية قيمة Expectancy × Value Theory: نظرية للدافعية تؤكد احتمال الفعل كدالة لتوقع تحقيق ناتج مضروبًا فى قيمة الناتج.

الفائدة المتوقعة ذاتيًا Subjective Expected Utility (S E U): الاحتمال الذاتى لأحد الأهداف مضروبًا فى قيمة الهدف.

مستوى الطموح Level of Aspiration: فى بحوث كيرت ليفين ((K. Levin)، الهدف أو المعيار الذى يحدده الشخص لأداء المستقبل.

الهدف Goal: تصور ذهنى لنقطة غاية، يكافح الكائن الحى لبلوغها.

تعدد المحددات Multidetermination: مفهوم يدل على أن الفعل المعقد له عدة محددات أو أهداف.

تكافؤ الإمكانات Equipotentiality: مفهوم يدل على أن هدفًا قد يؤدى إلى خطط مختلفة أو أنواع من السلوك لتحقيق الهدف.

تكافؤ الغائية Equifinality: مفهوم يدل على أن نفس المنتج قد يكون نتيجة للتعبير عن أهداف مختلفة.

معايير داخلية Internal Standard: مفهوم لـ "باندورا" يعبر عن معايير الفرد أو أهدافه التى تلعب دورًا حاسمًا فى تنظيم الذات عبر مراحل ممتدة من الزمن.

تنظيم الذات Self- Regulation: قدرة الكائن الحى على تنظيم نفسه للتقدم نحو بلوغ هدف.

تعزيز الذات Self- Reinforcement: قدرة الكائن الحى على تعزيز نفسه للتقدم نحو هدف، وهى تلعب دورًا مهمًا فى سلوك تنظيم الذات عبر مراحل ممتدة

من الزمن.

مشروع شخصى Personal Project: مفهوم "ليتل" Little لمجموعة أفعال ممتدة تتصل بالشخص، يقصد بها تحقيق هدف شخصى.

كفاح شخصى Personal Striving: مفهوم "إيمونز" Emmons لنمط متناسق من كفاحات الهدف تمثل ما يحاول الشخص نموذجيًا أن يفعله.

ذكاء اجتماعى Social Intelligence: مصطلح لـ "كانتور" و"كلستروم" Cantor and Kihstrom للكفاءات المعرفية والمعرفة التى يستطيع الأشخاص استخدامها أثناء محاولتهم حل مشكلات الحياة اليومية.

مهمة حياة Life Task: مفهوم "كانتور" Cantor لترجمة الفرد الأهداف إلى مهام نوعية يمكن استخدامها أثناء مراحل من الزمن، وفى سياقات نوعية.

دافعية إقدام Approach Motivation: سلوك موجه نحو نقطة غاية إيجابية ومرغوبة.

دافعية إحجام (تجنب) Avoidance Motivation: سلوك موجه بعيدًا عن ناتج سلبى وغير مرغوب.

تركيز منظِّم للتقدم Promotion Regulatory Focus: مفهوم "هيجينز" Higgins لـ تركيز تنظيمى للطموحات والمكاسب.

تركيز تنظيمى للإعاقة Prevention Regulatory Focus: مفهوم "هيجينز" Higgins للمسئوليات والالتزامات والخسائر.

ملخص الفصل:

١- كان علماء النفس فى الماضى يمتنعون عن استخدام مصطلحات مثل: نية، وإرادة،

وإرادة حرة. ومع ذلك، يوجد دليل على زيادة الاهتمام بالسلوك الغرَضى الموجه نحو هدف؛ أى كيف يترجم الأشخاص فكرة هدف إلى فعل.

٢- تمثل نظرية قيمة التوقع نموذجًا عقليًا لسلوك اتخاذ قرار إنسانى، وعبر عنها عمل "تولمان" Tolman عن السلوك الغرضى لدى الحيوان، وعمل "ليفين" Lewin عن مستوى الطموح، ونظرية "روتر" Rotter عن التعلم الاجتماعى.

٣- تم عرض نموذج أداء نسق الهدف، الذى يؤكد على الاستقرار والتنوع فى جهود الفرد للاحتفاظ بالاتساق وتحقيق أهداف، فى مواجهة الظروف الموقفية المتغيرة. وللأهداف خصائص معرفية ووجدانية وسلوكية ترتبط بها. ويتميز أداء نسق الهدف بمبادئ تعدد المحددات، وتكافؤ الإمكانات وتكافؤ الغائية.

٤- يؤكد "باندورا"Bandura على عملية تنظيم الذات فى السعى لمواجهة معايير. وكل من المعززات الداخلية (أى تعزيز الذات)، والمعززات الخارجية. ولمعلومات العائد أهميتها فيما يتصل بالنشاط الموجه نحو هدف. والأهداف الصريحة والواقعية والمتحدية بوجه خاص تؤدى إلى دافعية الذات. وكل من عمل "ليتل" عن المشروع الشخصى، وعمل "إيمونز" عن الكفاحات الشخصية، وعمل "كانتور" عن مهام الحياة، تصور البحوث الحالية حول النشاط الموجه نحو هدف. وقد ارتبط كل من الرضا عن الحياة وحسن الحال الذاتية بوجود أهداف منخفضة المشقة ومرتفعة فى إدراك احتمال ناتج إيجابى، ومرتفعة فى التحكم المدرك (ليتل)، وكما ارتبطت بانخفاض الصراع وانخفاض التناقض الوجدانى (إيمونز)، وأكدت "كانتور" مفهوم الذكاء الاجتماعى، وخاصة من خلال مهام الحياة والاستراتيجيات المعرفية (مثل التشاؤم الدفاعى والقيد

الاجتماعى). وأكدت "إليوت" التمييز بين دافعية الإقدام والإحجام، وكذلك بين السيطرة على الأهداف وأدائها. كما أكد "هيجينز" مفهوم التركيز المنظِّم والفرق بين تركيز التقدم وتركيز الإعاقة.

٦- وقد نظر إلى مشكلة الإرادة الحرة - أى لماذا لا يستطيع الأشخاص أن يفعلوا ما يفضلون فعله- على أنها مسألة بالغة الأهمية للنظرية الغَرَضية. وعند هذه النقطة لا يوجد تفسير مرض لمشكلات الإرادة الحرة أو إعاقة تنظيم الذات.

الفصل العاشر*

الانفعال والتكيف والصحة

* ترجمة د. محمد الرخاوى

نظرة عامة على الفصل:

نعرض فى هذا الفصل لأهمية الانفعال بالنسبة للأداء الوظيفى للشخصية حيث نركز على مناظير متنوعة تهتم بالأوجه الفطرية والعامة الشاملة للانفعال، بالإضافة إلى توجهات تهتم بالأوجه الثقافية والأكثر تفردًا. ومن هنا نتطرق لعرض كيف يتكيف الأفراد مع الأحداث الانفعالية وأحداث الكرب وما تتضمنه أساليبهم فى التعايش، وآثارها على حسن حالهم الجسدية والنفسية، والخلاصة هى أن خبرة الأفراد بالانفعالات، وكيفية تعايشهم مع الأحداث المرهقة تشكل جزءًا مهمًا من شخصيتهم كما أن لها تضمينات مهمة بالنسبة لصحتهم.

أسئلة سيتناولها هذا الفصل:

١- إلى أى مدى تُعد الانفعالات فطرية وعامة؟

٢- كيف ينظم الأفراد انفعالاتهم؟ وماذا نقصد عندما نقول إن شخصًا ما لديه ذكاء انفعالى؟

٣- ما الوسائل التى يستخدمها الأفراد للتكيف مع المشقة وإلى أى مدى توجد فروق فردية فى أساليب التكيف هذه؟

٤- هل هناك دليل على وجود علاقة بين الشخصية والصحة النفسية والجسدية؟

٥- إلى أى مدى تنعكس الشخصية فى مختلف الانفعالات التى يمر بها الفرد وفى تنظيمه لهذه الانفعالات؟

مقدمة

إذا استخدمنا خبرتنا الخاصة كنقطة بداية لدراسة الشخصية، فمن المؤكد أن أحد أهم المجالات التى ستنال تركيزنا هى الانفعالات، أو كما يُشار إليها غالبًا فى التراث العلمى، *الوجدانات*.

حيث تُعد المشاعر جزءًا مهمًا من وجودنا اليومى، وكما سنرى، يبدو أنها تلعب دورًا جوهريًا فى توافقنا النفسى وحسن حالنا الجسمية. وعلى الرغم من ذلك، فقد أهملها علماء النفس بصفة عامة وعلماء نفس الشخصية بشكل خاص لفترات طويلة من الزمن. فبما يشبه كثيرًا العمل فى مجال الذات؛ ونما العمل فى مجال الوجدانات واضمحل عبر مختلف المراحل والنقلات، تبعًا لتركيز العلماء على ما كانوا يرونه الأهم فى كل مرحلة، وتركيزهم على مناهج البحث التى كانت مفضلة آنذاك.

للاهتمام بالانفعالات، وعلاقتها بالتكيف والصحة جذور فى التاريخ الإنسانى. فقد أكد اليونانيون القدماء على الأنماط المزاجية التى تتميز بدرجات مختلفة من الانفعالية، وبأنواع مختلفة من الانفعال. كما كان عالم البيولوجيا الشهير دارون مهتمًا بالانفعالات، خاصة بفكرة امتداد أنماط التعبير عن الانفعالات من الحيوانات إلى البشر، بمعنى أننا نجد كثيرًا من الانفعالات الأساسية والتعبيرات الوجهية المصاحبة، نفسيهما، عند كليهما. وقد رأى دارون، قيمة وظيفية وتكيفية للانفعالات فى تخاطبنا مع الآخرين، وهو ما يتسق مع نظريته العامة. كما أكد أهميةَ الانفعال أيضًا عالم النفس الأمريكى الكبير وليام جيمس William James، فى كتابه *مبادئ علم النفس* (*Principles of Psychology*, 1890). وهكذا تم وضع أساس للدراسة المستمرة اللاحقة للانفعال.

وقد كانت الحال هكذا بالفعل فى السنوات المبكرة لعلم النفس. ومع ذلك، فمع ارتقاء سلوكية واطسون فى عشرينيات القرن العشرين بدأ الاهتمام بالانفعالات

يتراجع، كما عبر عن ذلك السلوكى اللاحق سكينر B. F. Skinner: "يوصف استكشاف حياة العقل الانفعالية والدافعية[1] بأنه أحد أعظم الإنجازات فى تاريخ الفكر الإنسانى، إلا أنه من الممكن أن يكون أحد أكبر الكوارث" (1974, p.165). أما الثورة المعرفية فى الستينيات التى غيرت وجه علم النفس، فلم تقدم إلا القليل للنهوض بدراسة الانفعال، فى بدايتها. وكما أشار سيلفان تومكينز Silvan Tomkins، الذى كان فى ذلك الوقت صوتًا وحيدًا مؤكدًا أهمية الوجدانات، ثم أصبح عمله مؤثرًا للغاية فى النهاية، "لقد كانت الثورة المعرفية مطلوبة لتحرير دراسة المعرفة.... أما الآن فقد أصبحت ثورة الوجدان ضرورية لتحرير هذا الارتقاء الجذرى الجديد والأصيل من براثن نظرية معرفية أصبحت مستبدة استبدادًا شديدًا" (1981, p.306).

حسنًا، يبدوا أن ثورة الوجدان التى آمن بها تومكينز قد حدثت، حيث ينخرط علماء النفس حاليًا بنشاط فى دراسة بناء الانفعالات ومحدداتها، كما ينهمك علماء نفس الشخصية فى دراسة الفروق الفردية فى الانفعالات، وعلاقة هذه الفروق بالأوجه الأخرى للأداء الوظيفى للشخصية (Davidson, Scherer & Goldsmith, 2002; Lewis & Haviland-Jones, 2000; Fervin, 1993c).

وهكذا، بعد مدة طويلة من التجاهل أخذ الانفعال وضعه الصحيح كمجال محورى لاهتمام علماء نفس الشخصية. فإن كان قد تم إهمال هذه المنطقة فى هذا الكتاب حتى الآن؛ فقد آن الأوان لتمحيص هذا المجال البحثى الحيوى. وسنبدأ بنظرة سريعة إلى موقع الانفعالات من النظرية التقليدية فى الشخصية، ثم نناقش النظرية الحالية فى المجال، ثم نكمل لتناول جهود الكائنات الحية نفسها لتنظيم الانفعال والتكيف مع المشقة، وتضمينات هذه الجهود بالنسبة لحسن الحال النفسية والجسمية، ومن ثم كان عنوان الفصل: الانفعال، والتكيف، والصحة.

---

(1) Motivational

الوجدان داخل سياق النظرية التقليدية للشخصية:

نعرض فى هذا الجزء باختصار لوضع الوجدان فى المناحى النظرية الكبرى للشخصية: المنحى الدينامى[1]؛ والظاهراتى (الفينومينولوجى) / الإنسانى[2]، ومنحى السمات؛ وأخيرًا منحى المعرفة الاجتماعية أو معالجة المعلومات. والجدير بالذكر هنا هو أن الوجدان، ولاسيما وجدانات القلق والاكتئاب، سبق تناولها داخل سياق كل منحى من هذه المناحى النظرية؛ ومع ذلك فلم يُنظر للانفعال فى الغالب بوصفه عنصرًا أساسيًا فى تنظيم الشخصية (Izard, 1993b: Malatesta, 1990; Pervin, 1993c) . إلا أن ما يقترحه الفصل الحالى، كما سنرى، هو أن كيفية تنظيم الشخص لحياته الانفعالية تُعد خاصية تعريف محورية لشخصيته.

نظرية التحليل النفسى:

يلعب الوجدان بوضوح دورًا محوريًا فى نظرية التحليل النفسى، ربما كان الدور الأكثر محورية من الأدوار التى يعطيها أى منحى آخر من المناحى النظرية الكبرى للشخصية. ويصدق هذا سواء بالنسبة لمدى الوجدانات المتناولة، أو بالنسبة لدورها فى التنظيم الكلى للشخصية. ففى التراث العلمى للتحليل النفسى؛ يمكننا أن نجد إشارة لكل وجدان تقريبًا، وليس فقط للوجدانات الشائعة كالقلق، والشعور بالذنب، والاكتئاب، ولكن للوجدانات الأخرى أيضًا مثل الخزى، والغيرة، والحسد، والتفاؤل، والتى لم تكن محل اهتمام علماء النفس سوى الآن. حيث يُفترض أن هناك أنماطَ شخصيةٍ معينة تتعرض لمعايشة بعض الوجدانات أكثر من غيرها. فمثلاً، كما رأينا فى الفصل السادس، فى مراحل إيركسون Erikson النفسية الاجتماعية للارتقاء، تصاحب المراحل الثلاث الأولى وجدانات عدم الثقة[3]، والخزى والشعور بالذنب على التوالى. بالإضافة إلى أنه على ضوء دور الوجدان

---

(١) Psychodynamic

(٢) Humanistic

(٣) Mistrust

فى تنظيم الشخصية؛ تم تأكيد دور القلق فى علاقته بمعظم أوجه الأداء الوظيفى للشخصية، خاصة فى علاقتها بآليات الدفاع.

ورغم أهمية الوجدانات داخل سياق النظرية التحليلية، إلا أنه قد نُظر إليها فعليًا كدوافع ثانوية بالنسبة للحوافز أو الغرائز[1]. وبالتالى، ففى حين أُعطى جل الاهتمام لنظرية الحافز أو الغريزة، فإن قليلاً من الاهتمام قد وجه إلى ارتقاء نظرية الوجدانات. ورغم اهتمام المحللين النفسيين بمدى واسع من الوجدانات؛ فقد ظل جل انتباههم موجهًا تقليديًا نحو القلق والاكتئاب. وفى النهاية، من المهم ملاحظة أنه على الرغم من التأكيد على الوجدان بوصفه خبرة شعورية؛ فقد أكد المحللون النفسيون أيضًا أهمية الوجدانات المؤلمة التى تُكبت أو تقاوم من خلال الدفاعات. ومن ثم فليس القلق وحده المكون للأداء اللاشعورى للشخص، بل تشاركه وجدانات مؤلمة أخرى كالشعور بالذنب والخزى.

النظرية الظاهراتية (الفينومينولوجية): كارل روجرز

نظرًا للاهتمام الذى وجهه كارل روجرز للظاهرية والخبرة فى دراسته وعمله العيادى؛ ومن ثم يحق للمرء أن يتوقع منه أن يكون قد طوَّر نظرية للوجدانات مرتفعة التمييز؛ إلا أنه من المثير أن نجد أنه لم تكن هناك إشارة لمصطلحات الوجدان فى الفهارس الختامية فى أكثر أعماله أهمية (Rogers, 1951, 1961). ونجد إبرازًا للمشاعر وللخبرة عمومًا، وللمشاعر الإيجابية والسلبية بوجه خاص، ولكن نادرًا ما يتم ذلك بالنسبة لوجدان واحد مفرد. فقد أكد روجرز على أهمية التغير الذى يحدثه العلاج فى طريقة الوعى بالذات والعالم، والتحول من المشاعر الثابتة غير المتعرف عليها، وغير المملوكة إلى مشاعر مرنة ويمكن التعرف عليها ومقبولة، إلا أنه لم يشر إلى تحول فى طبيعة الوجدانات النوعية المعيشة، مثل

(١) Instincts

التحول من الاكتئاب[١] إلى الفرح[٢]، أو من الخزى إلى الفخر[٣]، أو من الكراهية إلى الحب.

وكما هو الحال بالنسبة لفرويد فقد أعطى روجرز جل اهتمامه للقلق والدفاعات فى نظريته عن الشخصية، حيث كان يُنظر إلى القلق كنتيجة للاختلاف بين الخبرة ومفهوم الذات، خاصةً إذا كان هذا الاختلاف مرتبطًا فى الماضى بفقدان نظرة الآخرين الإيجابية للفرد. بعبارة أخرى أشار روجرز إلى أن الأفراد يجاهدون للاحتفاظ بمفهوم عن الذات، لاسيما بمفهوم ذات مصاحب للنظرة الإيجابية من قبل الآخرين، وتستثير الخبرات غير المطابقة لهذا المفهوم عن الذات القلق كما تؤدى إلى مناورات دفاعية[٤]. وباستخدام مفاهيم الفصل الثامن؛ أكد روجرز على دافعين هما دافع الاتساق مع الذات أو تحقيق الذات، ودافع تحسين الذات. إلا أنه، بعد ذلك، لم يوضح بالقدر الكافى لماذا يَخْبُرُ الأفراد وجدانات أخرى عدا القلق، أو كيف تنتظم مختلف الوجدانات، بأنماط متباينة، لدى مختلف الشخصيات.

نظرية السمات:

يُعد المزاج[٥] دائمًا جزءًا أساسيًا من نظرية السمة. بالإضافة إلى أنه يمكن القول إن السمات الأساسية، سواء وضعت فى سياق ثلاثة أو خمسة عوامل (الفصل الثانى) تتكون من أمزجة. وإلى حدٍ ما ترتبط الأمزجة والوجدانات بعديد من عوامل السمات. فمثلاً ترتبط وجدانات القلق، والعداوة[٦]، والاكتئاب بالعصابية، بينما يرتبط الدفء والانفعالات الإيجابية بالانبساطية. وكما سنرى مؤخرًا فى هذا الفصل؛ يؤكد بعض منظرى السمات على الأبعاد العريضة للوجدان/ المزاج، الإيجابية منها

---

(١) Depression
(٢) Joy
(٣) Pricle
(٤) Defensive Maneuvers
(٥) Temperament
(٦) Hostility

والسلبية، ويشيرون إلى تضمينات مهمة لهذه الأبعاد بالنسبة للصحة وحسن الحال (Clark & Watson, 1999; DeNene & Cooper, 1998; Tellegen, 1991; D. Watson & Clark 1992, 1993)، بالإضافة إلى ذلك، يتم إبراز الفروق فى شدة الوجدان، أو مستوى رد الفعل، أو التباين فى الاستجابة الانفعالية فيما بين الأفراد المتشابهين فى السمات (Larsen, 1991).

وكثيرًا ما يستخدم الأفراد مصطلحات السمات لوصف حالات انفعالية (مثل: عدوانى، ودود، دافئ)؛ لذلك فليس من المدهش أن يُضمِّن منظّرو السمات بعض المعرفة المتصلة بهذا المجال من الأداء الوظيفى داخل تصنيفاتهم الوصفية. وفى الوقت نفسه يجب أن يكون واضحًا أنهم يولون اهتمامهم لأبعاد عريضة من أبعاد المزاج، أكثر مما يولون للوجدانات النوعية. بل إنه لا توجد نظرية متمفصلة للوجدانات، أو تفصيل أو بلورة لدور تنظيم الوجدانات داخل الفرد، من أجل الأداء الوظيفى العام للشخصية. وهو أمر مفتقد لدرجة ربما تزيد على افتقاده فى كل من النظرية التحليلية والنظرية الظاهرتية. بالأحرى، يغلب على منظّرى السمات تأكيدهم لمبادئ علم الوراثة وعلم الحياة، وعلم وظائف الأعضاء لتفسير الفروق الفردية الكبيرة والثابتة فى المزاج.

النظرية المعرفية الاجتماعية ومعالجة المعلومات:

لمدة طويلة من الزمن انصرف المنظّرون المعرفيون عن التفكير فى الشخص، وتجنبوا الانفعال والفعل. وقد طرحت نظرية كيللى Kelly فى البناء الشخصى (1955) أهمية انفعالات مثل القلق، والخوف، والتهديد، كان التأكيد على الأبنية؛ فقد ظلت الانفعالات الإنسانية، ككل، خارج مجال النظرية. ويؤكد باندورا(1999) Bandura أهمية الاستجابات الوجدانية المكتسبة من الخبرات المباشرة أو التعلم بالمشاهدة (مثل التشريط بالعبرة، الفصل الثالث)، لاسيما وجدانات القلق والاكتئاب. وطبقًا لباندورا، فإن القلق يُعد استجابة انفعالية لمشاعر انخفاض كفاءة الذات بالنسبة للنتائج السلبية، بينما الاكتئاب هو الاستجابة الانفعالية

لمشاعر انخفاض كفاءة الذات بالنسبة للنتائج الإيجابية. وبالتالي، فإن الفرد يَخبر القلق عندما يشعر بعجزه عن إدارة المواقف التي يمكن أن يحدث فيها أذى جسدي أو نفسي، ويَخبر الاكتئاب عندما يشعر بعجزه عن إدارة المواقف التي ربما يفقد فيها المكافآت.

بعد البداية من هذا الموقف المعرفي "البارد"، تحولت المناحي المعرفية الاجتماعية ومناحي معالجة المعلومات المهتمة بالشخصية بشكل متزايد نحو الاهتمام بالوجدان، سواء بمعنى كيف تؤثر المعالجات المعرفية في الوجدان، أو كيف يؤثر الوجدان في المعالجات المعرفية (Isen, 2000; Singer & Salovey, 1933)، وفي الوقت نفسه فإن مدى الوجدانات التي وضعها منظّرو الشخصية هؤلاء في حسبانهم كان محدودًا نسبيًا. عندما بذلت الجهود لتحديد مدى أوسع من الوجدانات كان التأكيد على أنواع العزو المعرفي[1] التي تؤدي إلى معايشة هذه الوجدانات، وليس على الفروق الفردية أو علاقة مختلف الوجدانات بالأداء الوظيفي للشخصية.

دور محوري للوجدان في الشخصية:

عرضنا في هذا الجزء باختصار لوضع الوجدان في المناحي التقليدية للشخصية، حيث تبرز نقطتان.

أولاً: أن المناحي الكبرى في الشخصية، باستثناء محتمل للنظرية التحليلية، أعطوا اهتمامًا ضئيلاً للوجدانات بالمقارنة باهتمامهم بالقلق والاكتئاب.

ثانيًا، أنه لم يؤكد على الوجدان كعنصر منظم رئيسي في الأداء الوظيفي للشخصية.

كيف يمكن أن يبدو مثل هذا المنحى؟

أولاً: أن يُعطى الاهتمام لمدى أوسع من الوجدانات عما هو حادث في أغلب

Cognitive Attributions (١)

نظريات الشخصية؛ فلا ينصب الاهتمام كله على القلق والاكتئاب ولكن يشمل وجدانات أخرى أيضًا كالخزى، والحسد، والغيرة، والاشمئزاز، والفخر، والحب. وألا يُنظر للفروق الفردية على أساس الدرجات الخاصة بوجدانات معينة فحسب، ولكن على أساس الأنماط المتفردة للعلاقات بين الوجدانات (Izard, 1993b; Malatesta, 1990; Pervin, 1993c). فمثلاً، ليس من المهم أن نعرف فقط إذا كان الفرد لديه درجة مرتفعة أو منخفضة من القلق، ولكن من الضرورى أيضًا أن نعرف كيف نقارن هذه الدرجة بدرجات هذا الشخص على الوجدانات الأخرى، بمعنى آخر، أنه من المهم أن نقدر الشخصية فى ضوء الأنماط الفردية للوجدانات.

ثانيًا: فى مثل هذه النظرية سيكون للوجدان مكانة محورية، أكثر من كونه مصاحبًا للدوافع والمعارف أو ما شابه أو مترتبًا عليها، حيث سيُعطى الوجدان وضعًا محوريًا فى تنظيم الشخصية، مع التأكيد على تضمينات الانفعال بالنسبة للفكر، والفعل، والدافعية. بعبارة أخرى؛ ستركز مثل هذه النظرية فى الشخصية على مدى أعرض من الوجدانات وأنماط الوجدانات، والوضع المحورى للوجدان فى تنظيم أداء الشخصية.

وسنتحول فى الجزء التالى إلى الجهود التى بُذلت للارتقاء ببعض مكونات مثل هذه النظرية على الأقل (انظر: جدول ١٠ – ١).

جدول (١٠ – ١)

عناصر الدور المحورى للوجدان فى الشخصية

١-	تأكيد مدى واسع من الوجدانات.
٢-	تأكيد تنميط أو تنظيم الوجدانات داخل الفرد.
٣-	الوجدان كأساس فى تنظيم الشخصية (مثل التأثير على الفكر، والدافعية، والحركة).

نظرية الانفعالات الأساسية:

نعرض فى هذا الجزء من الفصل للتوجه الذى يرى أن هناك انفعالات أساسية، وعامة تلعب دورًا محوريًا فى الأداء الوظيفى للشخصية. وهناك ثلاثة أسماء مفتاحية لمؤلفين فى هذا التوجه، على الرغم من وجود آخرين لديهم وجهات نظر مشابهة أو مرتبطة. الاسم المحورى هو سيلفان تومكينز Silvan Tomkins (1962, 1963, 1991)، الذى ظل لبعض الوقت، كما أشرنا آنفًا، المنظّر الرئيسى الذى أكد أهمية الوجدان بوصفه مجالاً للبحث. بالإضافة إلى ذلك هناك الجهد البحثى لاثنين تأثرا بتومكينز وهما بول إكمان Paul Ekman (1993, 1994; Keltner & Ekman, 2000)، وكارول إيزارد Carroll Izard. (1992, 1993b, 1994; Izard & Ackerman, 2000). يوجد قليل من المبادئ الأساسية فى **نظرية الانفعالات الأساسية**، أو **نظرية الانفعالات الفارقة**[1] كما يطلق عليها إيزارد.

أولاً: يُفترض أن هناك انفعالات أساسية[2]، أو أولية[3] وأن هذه الانفعالات عامة. ويختلف العدد الدقيق لهذه الانفعالات الأساسية بعض الشئ من منظر لآخر، ويتراوح بشكل عام من ٨ إلى ١٤ انفعالاً.

والانفعالات الثمانية التى اقترحها تومكينز، هى: الاهتمام- الإثارة[4]، والاستمتاع- الفرح[5]، والدهشة-الإجفال[6]، والانعصاب-الكرب[7]، والتقزز-الاشمئزاز-الازدراء[8]، والغضب-الثورة[9]، والخزى-الامتهان[10]، والخوف-

---

(١) Differential Emotions Theory

(٢) Fundamental

(٣) Primary

(٤) Interest - Excitement

(٥) Enjoyment – Joy

(٦) Surprise – Startle

(٧) Distress – Anguish

(٨) Disgust - Revulsion - Contempt

(٩) Anger - Rage

(١٠) Shame - Humiliation

الفزع[1]. أما الانفعالات الأساسية التى أكدها إزارد فيعرضها الجدول [١٠ - ٢] مع بنود ممثلة من مقياسه عن الانفعالات الفارقة.

جدول (١٠ - ٢)

نماذج ممثلة لبنود مقياس الانفعالات الفارقة

الانفعال الأساسى	المقياس الممثل له: فى حياتك اليومية إلى أى مدى
١- الاهتمام	- تشعر بأن ما تفعله أو تشاهده مثير للاهتمام
٢- الاستمتاع	- تشعر بالسعادة
٣- الدهشة	- تشعر بما تشعر به عندما يحدث شىء غير متوقع
٤- الحزن	- تشعر بعدم السعادة، وسواد المزاج، وانكسار القلب
٥- الغضب	- تشعر بأنك غاضب، ومتوتر، ومنزعج
٦- الاشمئزاز	- تشعر بأن الأمور فاسدة جدًا ويمكن أن تشعرك بالغثيان
٧- الازدراء	- تشعر بأن شخصًا ما "لايصلح لشىء"
٨- الخوف	- تشعر بأنك خائف، ومرتعش، ومرتبك
٩- الشعور بالذنب	- تشعر بأنك يجب أن تُلام على شىء ما
١٠- الخزى	- تشعر بأن الناس يضحكون عليك
١١- الخجل:	- تشعر بالخجل، كما لو أنك تريد الاختباء
١٢- العداوة الداخلية[2]:	- تشعر أنك لا تستطيع السيطرة على نفسك

Source: "Stability of Emotion Experiences and Their Relations to Traits of Personality" by C.E Izard, 1993, *Journal of personality and social psychology, 64,* p.851.

وطبقًا لهذا التوجه، فإن الوجدانات تُعد فطريةً وجزءًا من موروثنا التطـــورى (Cosmides & Tooby, 2000, Keltner & Ekman, 2000). ووفقًا لـــرأى داروين؛ فإن هذه الوجدانات قد تطورت بسبب قيمتها التكيفية، إنها إشـــارات إلينـــا

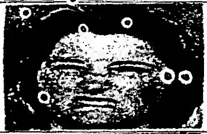
(١) Fear-Terror

(٢) Hostility Inward

وإلى الآخرين بأن الفعل قد أصبح ضروريًا. فنحن لا نتعلم أن نخاف أو نشمئز أو نغضب، رغم أننا نتعلم متى وأين وإلى أى التنبيهات نستجيب بهـذه الانفعـالات. فعلى سبيل المثال، على الرغم من أن هناك تنبيهات عامة وكلية تثير الاشـمئزاز؛ تحديدًا تلك التى لها خصائص التلوث؛ فإن ما يُعد مقززًا لبعض الأفرادِ أو الثقافات يمكن أن يكون مصدرًا للمتعة بالنسبة لآخرين (مثل أكل النمل الذى يمكن أن يكون مقززًا أو شهيًا) (Rozin & Fallon, 1987)، أوأكل لحم الخنزير (المراجع) .

ثانيًا: للانفعالات العامة الأساسية خصائص فريدة. وبشكل أكثر دلالة، فإن كل انفعال يرتبط بنمط من الحركة الوجهية تشترك فيها عضلات وجهية معينة. ويُعـد هذا النمط من الحركة الوجهية أو التعبير الوجهى، الذى يتفرد به كل انفعال؛ فطريًا وعامًا، حيث يمكن رؤيته فى الأطفال كما يمكن رؤيته لدى الراشدين، وفى أعضاء مختلف الجماعات الثقافية (شكلاً [١٠ – ١] و [١٠ – ٢]).

شكل (١٠ – ١)

	الولايات المتحدة (ن = ٩٩)	البرازيل (ن=٤٠)	تشيلى (ن= ١١٩)	الأرجنتين (ن = ١٦٨)	اليابان (ن = ٢٩)
	سعادة %٩٧	سعادة %٩٥	سعادة %٩٥	سعادة %٩٨	سعادة % ١٠٠
	اشمئزاز %٩٢	اشمئزاز %٩٧	اشمئزاز %٩٢	اشمئزاز %٩٢	اشمئزاز %٩٠
	دهشة %٩٥	دهشة %٨٧	دهشة %٩٣	دهشة %٩٥	دهشة %١٠٠
	حزن %٨٤	حزن % ٥٩	حزن % ٨٨	حزن % ٧٨	حزن % ٦٢
	غضب %٦٧	غضب %٩٠	غضب %٩٤	غضب %٩٠	غضب %٩٠
	خوف %٨٥	خوف %٦٧	خوف %٦٨	خوف %٥٤	خوف %٦٦

شكل [١٠ – ٢] نسبة الاتفاق فى الحكم على الصور الفوتوغرافية للتعبيرات الوجهية عبر الثقافات. تشير البيانات إلى أن أبناء مختلف الثقافات يمكنهم تعرف علاقات الانفعال بالتعبير الوجهى لصور من الثقافات الأخرى.

(Photos reproduced by permission of P.Ekman. from "Cross-Cultural Studies of Facial Expression," by P.Ekman, 1973, in Darwin and Facial Expression, p.207, by P.Ekman, Ed., New York: Academic Press. Reprinted by permission of Academic Press).

من المعروف فى الوقت نفسه أن الأفراد يختلفون فى شدة تعبيراتهم الوجهية، كما أن للثقافات ما يسمى *قواعد العرض*[1] تتصل بمظهر كل انفعال. وفيما يختص بعالمية هذه التعبيرات الوجهية، فإنه يُفترض أن للانفعالات الأساسية أنماطًا فزيولوجية للاستجابة المصاحبة لها (Keltner & Izard, 2000).

ثالثًا: يُعد النسق الوجدانى النسقَ الدافعىَّ الأولى، حيث يفترض أن للانفعالات تأثير منشط أو دافعى، ربما أكبر مما للحوافز. كما أن للانفعالات القدرة على تنظيم الأفكار والأفعال والحفاظ عليها. وبالتالى فإن كثيرًا من الأفكار والذكريات تنتظم فى ضوء علاقتها بانفعال محدد، كما أن ذلك صحيح بالنسبة لعديد من الاستجابات السلوكية (Singer & Salovey, 1993). كما أننا رأينا أهمية الوجدان بالنسبة للدافعية فى عرض نظرية الهدف[2] فى الفصل التاسع، وهو المنظور الذى تأثر بشكل كبير بجهود تومكينز.

رابعًا: يختلف الأفراد فى التكرار والشدة التى يخبرون بها انفعالات معينة كنتيجة للعوامل التكوينية وكذلك للخبرة. فطبقًا لإزارد، "من الوظائف العامة الكبرى للانفعالات ونسق الانفعال أن تقوم بتنظيم السمات وأبعاد الشخصية" (Izard, 1993b, p. 637). فإذا كانت الانفعالات دافعة ومنظّمة للمعرفة وللفعل، فليس من المستغرب أن تكون محورية بالنسبة لشخصية الفرد. فضلاً عن ذلك، فكما يؤثر كل انفعال فى الفكر والفعل بطرق مميزة نسبيًا، فإن الانفعالات النوعية تسهم فى تشكيل سمات نوعية فى كل فرد. وبالتالى فإن الانفعالات المميّزة للاهتمام، والاستمتاع، والخجل ترتبط بسمة الانبساطية (ويرتبط الخجل بالانبساطية سلبيًا)، بينما وجد ارتباط بين الانفعالات المميزه للحزن، والازدراء، والخوف، والخزى، والشعور بالذنب وسمة العصابية. بالإضافة إلى أنه، كما كان متوقعًا من مثل هذه العلاقات مع السمات، هناك دليل على ثبات الفروق الفردية فى الدرجات على الانفعالات

---

(١) Display Rules

(٢) Goal Theory

المتمايزة لمدى ثلاث سنوات (Izard, Libero, Putnam & Haynes, 1993).

باختصار، يفترض منظّرو الانفعالات الأساسية أن هناك انفعالات فطرية وعامة تُعد جزءًا من موروثنا التطورى، ولها قيمة تكيفية، كما أن لها تعبيرات عامة وكلية وخصائص فزيولوجية مميزة. وهذه الانفعالات ضرورية للدافعية والمعرفة والفعل، وتلعب دورًا محوريًا فى تنظيم الأداء الوظيفى للشخصية. وعلى الرغم من أن الطبيعة الأساسية لكل استجابة وجدانية تُعد فطرية وعامة، إلا أنه من المعترف أنه توجد ترابطات مكتسبة بين كل انفعال وبعض التنبيهات النوعية، كما أن هناك قواعد ثقافية تحدد متى وكيف يتم التعبير عن كل انفعال. وما يهمنا إدراكه هنا هو أن هناك اقتراحًا بعدد من الانفعالات الأساسية المميزة، وليس مجرد تقسيم ثنائى بسيط لحالة شعور إيجابية – سلبية، أو مجرد حالة عامة من الاستثارة التى تتأثر بالتالى بمعارف محددة لتكّون انفعالاً معينًا. ومن المهم أيضًا أن نعرف أن الوجدان يُعد أساسيًا، أو مركزيًا بالنسبة للأداء الوظيفى للشخصية، بمعنى وظيفته التنظيمية المتعلقة بالفكر والفعل وبمعنى الفروق الفردية فى التكرار والشدة التى تُستثار معها الانفعالات ويتم التعبير عنها.

قبل أن ننهى هذا الجزء عن الوجدانات الأساسية، يجب ملاحظة أن كثيرًا من، وربما كل هذه النقاط، تظل متعارضة ومحل جدال وعدم اتفاق. فقد انتقد بعض المنظّرين والباحثين توجه الانفعالات الأساسية والعامة، ووضعوا الدليل على عمومية التعبيرات الوجهية والاستجابات الفزيولوجية المميزة موضع التساؤل (Davidson, 1992; Ortony & Turner, 1990). ويؤكد كثير من هؤلاء النقاد على دور العوامل المعرفية إلى حد أبعد بكثير مما فعل منظّرو الانفعالات الأساسية؛ فهم يشيرون إلى نقص الاتفاق بين منظّرى الانفعالات فيما يتصل بعدد هذه الانفعالات، كما أن المعنى المحدد لكل انفعال يختلف فى كثير من الثقافات، حتى وإن كان أبناء مختلف الثقافات مهيئين لإظهار التعبيرات الوجهية بالطريقة نفسها Shweder & Haidt, 2000; G.M. White, 1993; Wierzbicka,

1999 بالإضافة إلى أن بعضهم يمارس حذرًا أكبر في تقويم الدليل المتعلق بالأنماط النفسية المميزة للانفعالات النوعية (Cacioppo, Berntson, Larsen, Poehlmann, & Ito, 2000). وأيًا كانت النتيجة النهائية لمثل هذا الجدل؛ فلا يمكن تجاهل الكم الهائل من إسهام منظّرى الانفعالات الأساسية لجعل هذا المجال فى مقدمة اهتمام البحث النفسى، وما يجب ألا نتجاهله هو الإسهام الممكن تقديمه لتصورنا النظرى للأداء الوظيفى للشخصية.

نسقان للدافعية – الانفعال:

فى حين يؤكد منظّرو الانفعالات الأساسية وجود عدد من الانفعالات المتمايزة، يرى آخرون بُعدين للانفعال هما على وجه الدقة، الوجدان الإيجابى والوجدان السلبى

(Carver, Sutton & Scheier, 2000; Clark & Watson, 1999; Gable, Reis, & Elliot, 2000; Gray, 1987; Watson, Wiese, Vaidya & Tellegen, 1999).

وهناك عدة نقاط تستحق الاهتمام حول هذه الرؤية. **أولاً:** يتوفر دليل على أن استجابتنا الأولى للتنبيهات هى عبارة عن تقويم سريع إيجابى –سلبى، وإقدام–إحجام. ولا يحتاج مثل هذا التقويم إلى أن يتم على أساس واعٍ بالضرورة. **ثانيًا:** الافتراض بأن الوجدان الإيجابى والسلبى مستقلان عن بعضهما حيث يمكن أن يكون الفرد منخفضًا أو مرتفعًا فى أى منهما فى الوقت نفسه، وقد يكون ذلك مدهشًا للوهلة الأولى حيث يوجد ميل للاعتقاد بأن الأفراد يقعون على مدى بعد واحد من الوجدان الإيجابى إلى الوجدان السلبى، إلا أنه توجد أدلة بحثية تدعم وجهة نظر البعدين المستقلين للانفعال، فبعض الأفراد يحصلون على درجة مرتفعة على كل من البعدين، والبعض الآخر ينخفضون على كليهما، بينما يأخذ بعضهم الثالث نقاطا مختلفة على طول البعدين (J.T. Larsen, McGraw, & Cacioppo, 2001).

هناك نقطة أخرى يجب وضعها فى الحسبان، وهى أن تأكيد وجود بعدين للوجدان

لا يتناقض بالضرورة مع نظرية الانفعالات الأساسية، حيث يمكن أن تتجمع مختلف الانفعالات الأساسية فى مجموعتين، مجموعة الوجدانات الإيجابية (مثل، السعادة، والفرح، والاهتمام) ومجموعة الوجدانات السلبية (مثل: الخوف، الخزى، الاشمئزاز).

النقطة الثالثة: والتى تعد مفتاحية، هى أن التأكيد على بعدين للوجدان، يرتبط بنسقين أساسين للدافعية (المكافأة – العقاب، والإقدام – الانسحاب)، ويرتبط أيضًا بأبعاد المزاج الأساسية التى تكون مصاحبة للعوامل الخمسة الكبرى (الفصل الثانى). وأكثر عوامل السمات–المزاجات أهمية هى الانبساطية (وجدان إيجابى)، والعصابية (وجدان سلبى). ومن منظور الدافعية، فقد رأينا من قبل أن منظّرى الانفعالات الأساسية يفترضون أن نسق الوجدان يُعد النسق الأوّلى للدافعية، بالإضافة إلى أن كثيرًا من علماء النفس فى مجال السمات والدافعية كما يؤكدون الأهمية الأساسية لنسق دافعية الإقدام[1] ونسق إحجامى[2] لها (Cloninger, Svrakic, & Przbeck, 1993; Depue & Collins, 1999; Gray, 1987; Rolls, 2000) . ويطلق مختلف المنظرين أسماء متنوعة على هذين النسقين. وربما كان المنظور الأكثر شيوعًا بين مختلف وجهات النظر هو منظورجراى (Gray, 1987; Pickering & Gray, 1999) الذى يبرز *نسق الإقدام السلوكى*[3] *[BAS] ونسق الكف السلوكى [BIS]*[4]، حيث يؤكد نسق الإقدام السلوكى أهمية البواعث[5]، والمكافآت، ومن ثم السلوك الإقدامى، فى حين يؤكد نسق الكف السلوكى النتائج السلبية والجزاءات، ومن ثم على الإحجام، والانسحاب، والكف. ولقد طور كارفر Carver ووايت White (1994) مقياسًا للتقرير الذاتى للشخصية على هذين البعدين،

---

(١) Approach Motivation System
(٢) Avoidance Motivation System
(٣) Behavioral Approach System [BAS]
(٤) Behavioral Inhibition System [BIS]
(٥) Incentives

ويوضح الجدول [١٠ – ٣] بعض نماذج بنود ممثلة منه. ومما يتفق مع المفهوم ويقدم دليلاً على صدق المقياس، ارتباط درجات مقياس الإقدام بالانبساطية، والتفاؤل، والوجدانية الإيجابية، والمزاج الإيجابى، فى حين ترتبط درجات مقياس الكف السلوكى بالقلق، والوجدانية السلبية، والمزاج، السلبى وتفادى الضرر (Carver & White, 1994) ، بالإضافة إلى ذلك فإن الدرجات على المقياسين قد اقترنت بمقاييس الأداء الوظيفى للمخ المصاحبة للفروق فى دافعية الإقدام والإحجام (Harmon – Jones & Allen, 1997).

جدول (١٠ – ٣)

بنود توضيحية من مقياس BIS/ BAS

مقياس الكف السلوكى [BIS]:

- أقلق بخصوص ارتكاب الأخطاء.
- يؤذينى النقد أو التعنيف إلى حدٍ بعيد.
- أشعر بأننى قلق إلى حدٍ ما، أو منزعج، عندما أعتقد أو أعرف أن شخصًا ما غاضب منى.

مقياس الإقدام السلوكى [BAS]:

- عندما أحصل على شيء أريده أشعر بالاستثارة والنشاط.
- عندما أنجز فى عمل شيء، أحب أن استمر فيه.
- عندما تحدث أشياء جيدة لى فإنها تهز وجدانى بقوة.

المصدر:

Behavioural inhibition, behavioural activation and affective responses to impeding reward and punishment: the BIS/ BAS scales, by C.S. carver & T.L. white, 1994. Journal of personality and social psychology, 67, 319 – 333.

باختصار، هناك اقترانات ممكنة بين الوجدانات (إيجابية وسلبية)، والسمات المزاجية (الانبساطية والعصابية)، والدافعية (مثل الحساسية للمكافآت والجزاءات). ورغم أن هذا النمط من الربط بين المفاهيم يمكن أن يكون واعدًا، إلا أنه من الواضح أنه يتضمن كثيرًا من التعقيد؛ فمثلاً مع أنه يمكن تفسير الغضب كوجدان

سلبى، فإن هناك دلائل على أن له بعض خصائص السلوك الإقدامى (Harmon – Jones & Allen, 1998).

وهناك تقدم واعد آخر يمكن أن يمثله نسقا الدافعية–الوجدان وهو إمكان ربطهما بالأداءات الحيوية، وهو ما نتناوله فى الجزء التالى.

بيولوجية الانفعال

ثمة تطورات عظيمة فى فهم بيولوجية الانفعال (Cacioppo et al., 2000; Davidson, 2000; Keltner & Ekman, 2000; leDoux & Phelps, 2000; Pankesepp, 2000)، فبالإضافة إلى الدراسات التقليدية التى تتضمن مرضى مصابين بعطب فى المخ، ومقاييس الاستجابة الفيزيولوجية للتنبيهات التى تستثير الانفعال؛ فقد زودنا تطور الأساليب الحديثة فى تصوير المخ (كالرنين المغناطيسى الوظيفى[1]) باستبصارات حول دور مختلف أبنية المخ فى الانفعال. وثمة نقطتان واضحتان لنا فى الوقت الحالى: **أولاً**، أن عددًا من أبنية المخ (كالجسيم اللوزى[2]، أو قرن أمون[3]، أواللحاء[4]) والأجهزة الفزيولوجية (كالجهاز العصبى المستقل[5]، أو جهاز الغدد الصماء العصبى[6]) كلها تلعب دورًا فى الانفعال. **ثانيًا**، ليس هناك بناء واحد أو جهاز واحد مسئول عن أى انفعال محدد. بالأحرى، بقدر ما للانفعالات المحددة من بصمة بيولوجية محددة؛ فإن ما يميز كل انفعال إنما هو نمط من الاستجابات البيولوجية. فمختلف طبقات الانفعالات قد تُشرِك أنظمة عصبية متنوعة بعض الشىء (leDoux, 1996). ويبدو أنه لاتوجد منطقة واحدة فى المخ لكل الانفعالات.

من بين أكثر الإنجازات إثارة للاهتمام فى هذا السياق، ما يطلق عليه علم

---

(١) Fmri
(٢) Amygdala
(٣) Hippocampus
(٤) Cortex
(٥) Autonomic Nervous System
(٦) Neuroendocrine System

الأعصاب الوجداني[١] أى العلم الذى يبحث فى الأساس العصبى للانفعال (Davidson Pizzagalli, Nitschke & Putnam 2002) ولاسيما ما يتصل بجزءين محددين من المخ. **أولاً**، يتوفر دليل على أهمية الجسيم اللوزى فى الانفعال، خاصة ما يرتبط بتشريط[٢] استجابة الخوف (leDoux & Phelps, 2000; Whalen, 1999) فالمصابون بعطب فى الجسيم اللوزى لديهم صعوبة فى تكوين ترابطات شرطية مع تنبيهات الخوف، وصعوبة فى تذكر استجابات الخوف الشرطية الماضية. ويبدو أن الحساسية المفرطة للجسيم اللوزى تلعب دورًا فى ميل بعض الأفراد إلى الشعور بمستويات مرتفعة من الخوف والكرب. ثانيًا، يبدو أن النصفين الكرويين الأماميين الأيمن والأيسر، يلعبان دورًا محوريًا فى الشعور بالوجدان الإيجابى والسلبى. ولا سيما ما يتعلق بارتباط الفروق الفردية فى مستوى السيطرة النسبية للمنطقة الأمامية من النصف الأيمن أو الأيسر المرتبطة بالفروق بين الأفراد فى مزاجهم وميلهم للاستجابة للتنبيهات بدافعية إقدام إحجام، حيث ترتبط سيطرة تنشيط المنطقة الأمامية اليسرى باستثارة انفعالات إيجابية ومتصلة بالإقدام، بينما ترتبط سيطرة التنشيط فى المنطقة الأمامية اليمنى باستثارة انفعالات سلبية ومتصلة بالانسحاب (Davidson, 1998, 1999, 2000, Davidson, Jackson, & Kalin, 2000) . وكما أشرنا؛ فالاستثناء هنا ربما يكون ارتباط الغضب بدافعية الإقدام، وبالتنشيط النسبى للمنطقة الأمامية من النصف الكروى الأيسر (Harmon-Jones & Allen, 1998). ويفترض دافيدسون (Davidson, Abercrombie, Nitschke & Putnam, 1999; Davidson, Putnam & Larson, 2000) أن اضطراب الأداء الوظيفى للمخ فى هذه المناطق قد يلعب دورًا فى اضطرابات الانفعال، كالقلق والاكتئاب وكذلك السلوك العنيف.

Affective Neuroscience (١)
Conditioning (٢)

بالإضافة إلى أهمية مثل هذه البناءات فى المخ، تتدخل الناقلات العصبية(١) *للدوبامين والسيروتونين* فى الأداء الوظيفى الفعال. حيث يرتبط الدوبامين بشكل خاص بالشعور بالبهجة والانفعال الايجابى ويسميه البعض "كيمياء الشعور الطيب" (Hamer, 1997). وعلى جانب آخر يرتبط انخفاض مستويات السيروتونين بحالة مزاجية سلبية وسلوك عدوانى. ويُعتقد أن بعض الأدوية الحديثة مثل SSRIs، (مثبطات إعادة امتصاص السيروتينين الانتقائية(٢) تخفف الاكتئاب من خلال إطالة عمل السيروتينين فى مشتبكات الخلايا العصبية.

وتوضح هذه العلاقات بعض الترابطات التى تتم بين الأداء البيولوجى والانفعال. ويقدم الدليل الخاص بالأساس الوراثى للفروق المزاجية (الفصل الثانى) دعمًا إضافيًا لمثل هذا التلازم. ورغم قيام مثل هذه الترابطات؛ فمازلنا لا نفهم الأساس البيولوجى للانفعالات العامة أو النوعية. فضلاً عن أنه يجب ألا يقلل الوعى بدور العوامل البيولوجية فى الانفعال من تقديرنا لدور العمليات المعرفية أو وعينا بالدور الجوهرى للخبرة والتعلم فى ازدهار الحياة الانفعالية لدى الأفراد.

الثقافة والانفعال

لا تستبعد نظرية الانفعالات الأساسية دور الثقافة. بل إن الثقافة تلعب دورًا فى تحديد أى الخبرات ستُقترن بأى الانفعالات، وكذلك فى تحديد قواعد إظهار الانفعالات الأساسية. ومع ذلك يظل التأكيد مركزًا على الأساس التطورى للانفعال وعلى عمومية الانفعالات الأساسية على كل البشر. إلا أن هذه الرؤية تختلف مع رؤية المتخصصين فى الأنثروبولوجيا الثقافية وعلم النفس الثقافى الذين يرون أن الثقافة تلعب دورًا فى تحديد الانفعال (Shweder & Haidt, 2000; Wierzbicka, 1999) . وطبقًا لهؤلاء المتخصصين، فإن معانى مصطلحات الانفعال والخبرات الانفعالية مدمجة فى الثقافة التى ينتمى إليها الأفراد – فبدون

---

(١) Neurotransmitters

(٢) Selective Serotonin Reuptake Inhibitors

الثقافة لايوجد انفعال ولا خبرة انفعالية. حتى عندما تستخدم مصطلحات متشابهة، أو حتى المصطلحات نفسها للانفعال، فإن الطبيعة الكيفية للخبرة تختلف بسبب معنى المصطلح فى البيئة المحيطة. فالأفراد الذين نشأوا فى أكثر من ثقافة، حيث ترتبط كل ثقافة بلغة مختلفة، من المحتمل أن يكونوا أكثر ألفة بصعوبة ترجمة مصطلحات الانفعال الأساسية من لغة إلى أخرى. أكرر أن ذلك يكون بسبب المعنى الثقافى المحيط بمصطلح الانفعال[*].

ويوضح شفيدر Shweder وهيدت Haidt (2000) هذه الرؤية فى مقارنتهم للانفعالات الأساسية التى وجدوها فى نص سنكريتى هندى، من القرن الثالث قبل الميلاد بنص موجود فى نظرية الانفعالات الأساسية. فأولاً، هناك سؤال حول إذا كان مصطلح "الانفعال" يعنى نفس الشىء فى الحالتين. ثانيًا، يشير الباحثان إلى أنه من بين الانفعالات الثمانية الأساسية (أو الحالات العقلية[1]) الموجودة فى النص السنسكريتى، هناك ثلاثة انفعالات تبدو بالفعل متشابهة (هى الغضب، والخوف، والحزن) فى حين أن الانفعالات الأخرى، على الرغم من التشابه السطحى أحيانًا، تختلف بشكل جوهرى. بالإضافة إلى هذا فإن كثيرًا من الانفعالات الموجود فى النص السنسكريتى (كالعاطفة الجنسية، والسكينة)، لايتوفر لها حتى وهم التكافؤ عبر الثقافى. وبالتالى فهما يشيران إلى أنه "فى النهاية، فإن أكثر العبارات لا يمكن مضاهاتها بسهولة عبر النصين" (p. 403). ورغم أن الناس حول العالم قد يتشابهون انفعاليًا فى بعض المقامات الأساسية، فإن الباحثين يفترضان أنهم أيضًا يختلفون جوهريًا عن بعضهم. وتفادى الاعتراف بذلك هو تحيز لتفسيرنا نحن لحياة الآخرين الانفعالية.

تعكس مسألة الخصائص العامة الكلية مقابل الفروق الثقافية فى الحياة

(*) مثال: إذا قيل فى مصر لشخص سأبسطك يعنى ذلك أنه سيقدم له ما يسره، أما إذا قيل هذا فى العراق، فهذا يعنى سأضربك ضربًا مبرحًا كما ينفض البساط (المراجع) .

(١) Mental States

الانفعالية انقسامًا أوسع بين هؤلاء الذين يؤكدون على العمومية، وأولئك الذين يؤكدون على الفروق الثقافية فى الأداء الوظيفى الإنسانى عامة (الفصل السادس (Pervin, 2002,. إنها تشق صف الأنثروبولوجيين، مهددة بقسمة المجال إلى اثنين، كما أنها تشق صف كثير من علماء النفس أيضًا. ربما يقع جزء من المشكلة فى أنواع الظواهر التى يراها كل فريق متعالقة مع تعريف الانفعال أو الوجدان. فإذا استعملت البيانات البيولوجية لتعريف انفعال ما؛ سيكون من الصعب تصور غياب عمومية العمليات البيولوجية عن وجدانات مثل الغضب، والحزن، والبهجة، والخوف. ومن ناحية أخرى، إذا أخذنا السياقات الثقافية والموقفية كمُعَرِّفات لانفعال ما؛ فمن المحتمل أن ألا نجد إلا القليل من الخصائص العامة لهذا الانفعال، أو لا نجد على الإطلاق. سنفترض رؤية وسط بين التوجهين أننا، كجزء من تاريخنا التطورى، نجىء "مجهَّزين" لمعايشة انفعالات معينة (غضب، حزن، سرور، خوف)، بمعنى أننا نأتى إلى العالم مجهزين لخبرة هذه الانفعالات، ولأن نخبرها فى علاقتها بتنبيهات أو مواقف معينة. فلدينا، على سبيل المثال، استعداد أكبر لمعايشة خوفنا من الثعابين أكثر من الخوف من الأشجار (Seligman,1971). وكمثال آخر؛ فإنه يبدو أن الفقد عام وأساسى لكى يخبر الأفراد شعورًا بالحزن. وفى الوقت نفسه فإن إمكان خبرة هذه الانفعالات فى مواقف بذاتها، والفروق الرهيفة بين الخبرات الانفعالية، والطرق التى يتم بها التعبير عن الانفعالات، هذه كلها يرجح أن تظهر لنا تنوعًا ثقافيًا معتبرًا. بالإضافة إلى ذلك، قد توجد انفعالات تختص بها ثقافات معينة بسبب ما تستثيره سياقاتها وخبراتها. بمعنى آخر، فكما أنه لا توجد مورِّثات بدون بيئات ولا بيئات بدون مورِّثات؛ فإنه لايوجد تطور بدون ثقافة، ولا توجد ثقافة منعزلة تمامًا عن تاريخنا التطورى.

تنظيم الانفعال، والتعايش مع المشقة والتكيف

نربط فى هذا القسم بين دراسة الانفعال ومشكلة التكيف -كيف يحاول الأفراد

تنظيم انفعالاتهم ويتعايشون مع المشقة لمواجهة المطالب الموقفية وتحقيق الأهداف الشخصية. نعايش جميعًا بشكل دورى مواقف تحدى، وفى مثل هذه المواقف قد تستثار انفعالات قوية تهدد توازننا وقدرتنا على الحكم الصائب. ومن ناحية أخرى، ليس ثمة متعة ولا إثارة فى الحياة بدون الانفعال، وليس إلا اتصال ضعيف بالآخرين. وعلينا جميعًا أن نتعامل مع المشقة أحيانًا. كما أن ما يسبب المشقة لكل منا وكيف يتعامل معها كل منا هو جزءٌ مهم من شخصيتنا. ومن ثم فإن تنظيم الانفعال والتعايش مع المشقة تعد مكونات جوهرية فى عمليات تكيفنا وبالتالى فى الأداء الوظيفى لشخصيتنا.

تنظيم الانفعال

أى الانفعالات تخبرها فى أى المواقف: هذا جزء مهم من شخصيتنا. والمكون المهم الآخر هو **تنظيم الانفعال** والذى يعرَّف على أنه " الطرق التى يؤثر بها الأفراد فى انفعالاتهم، عندما يمرون بها، والكيفية التى يخبرون بها هذه الانفعالات أو يعبرون عنها" (Gross, 1999, p. 542). ومعظمنا على ألفة بالأفراد الذين "يشتطون" انفعاليًا، وكذلك بالأفراد الذين يبدون عاجزين عن معايشة أى انفعال قوى. ففى حين يبدو بعض الناس قادرين على كبح انفعالاتهم، يبدو البعض الآخر غير قادر على ذلك. وفى حين أن مشاعر بعض الناس "ظاهرة حاضرة" ويمكن "قراءتها ككتاب مفتوح"؛ نجد آخرين يخفون انفعالاتهم أو يعجزون عن التعبير عنها، تاركين الآخرين ليتساءلوا عما يشعرون (Gross & John, 1997).

يصف جروس Gross (1999) خمسة أوجه لعملية تنظيم الانفعال، هى: أولاً، يختلف الأفراد فى اختيارهم للمواقف التى يشاركون فيها، مقتربين من بعض المواقف (كالبحث عن الإثارة مثلاً) أومتجنبين مواقف أخرى (كالصراع مثلاً). لذلك *فاختيار المواقف* هو أحد وسائل تنظيم للانفعال. ثانيًا، *تعديل المواقف*؛ فالأفراد يعدلون المواقف التى يجدون فيها بالفعل أنفسهم، وذلك كى يعايشوا انفعالات معينة

أو يتحشاونها. فقد يختار البعض التصعيد فى موقف جدالى، بينما يفضل آخرون الابتعاد عن ذلك. ثالثًا، هناك فروق فردية فى *توزيع الانتباه*[1]-أين يركز الأفراد انتباههم، سواء تم ذلك على أساس قصدى أو غير قصدى، شعورى أو غير شعورى. فبينما يتملك البعض وساوس أو رغبة قهرية للعودة للأشياء، فإن آخرين يستطيعون تحويل انتباههم لاتجاه آخر، ومثل هذه الفروق يمكن أن تكون مهمة بشكل خاص فى كيفية تعامل الأفراد مع المعلومات التى تهدد الصحة: فبينما يلتمس البعض المعلومات بهمة ويركّزون انتباههم على المعلومات المتصلة بتهديد الصحة ("الراصدون")، نجد آخرين قادرين على تركيز انتباههم فى أى مكان آخر وتبليد الأثر الانفعالى للانتباه لكل خطر ("المبلدون") (Miller & Schnoll, 2000)، وبينما يقول بعض المرضى للطبيب "أخبرنى بكل شىء ثم سأتصفح الإنترنت للاستزادة"، يقول مرضى آخرون: "أخبرنى ما يجب أن أعرفه والبقية أتركها لك".

المكون الرابع لتنظيم الانفعال هو المعنى الذى يُضفى على الحدث، فنفس الحدث يمكن تفسيره أو تأويله بطرق مختلفة. فعدم الرد على مكالمة تليفونية أو رسالة إلكترونية يمكن تفسيره بأنه "نسيان" أو "رفض"، والتعليق على مظهر شخصى يمكن تفسيره على أنه "مزحة" أو "إهانة". وتشكل مساعدة المريض على *التفسير أو التأويل* بطرق مغايرة جزءً من عدد كبير من العلاجات النفسية. وخامسًا وأخيرًا فإن الفرد يستطيع أن يلطف من *التعبير عن الانفعال* أو يؤثر فيه. فيمكن للمرء أن "يعد حتى رقم عشرة" أو أن "ينفجر"، أن يدع الآخرين يعرفون كيف يشعر أو أن يتصرف كما لو لم يحدث شىء ويدع القلق لنفسه. باختصار يوجد على طول الطريق من بداية الانفعال إلى التعبير عنه فرص وتحديات تتصل بتنظيم الانفعال.

المفهوم المتصل بتنظيم الانفعال، والذى حظى بشهرة واسعة هو مفهوم ***الذكاء***

Attentional Deployment (١)

الانفعالى[1]. ويتضمن الذكاء الانفعالى القدرة على إدراك الانفعـــالات وإدارتهـــا، والتعبير عنها بحيث تسرع من النمو الشخـــصى (Mayer & Salovey, 1993; Salovey, Bedell, Detweiler, & Mayer, 2000)، كمـــا يتـــضمن الـــذكاء الانفعالى القدرة على فعل أشياء كالآتى: تعّرف المرء على انفعالاتـــه وانفعـــالات الآخرين، والتمييز بين التعبيرات الدقيقة وغير الدقيقة عـــن المـــشاعر، اســـتخدام الانفعالات لتيسير الإبداع وحل المشكلات، وفهـــم أســـباب وعواقـــب المـــشاعر، والتعامل مع التعبيرات الانفعالية للفرد نفسه وتلك التى للآخرين ويُنظر إلى الذكاء الانفعالى كأحـــد مكونـــات الـــذكاء الاجتمـــاعى (الفـــصل التاســـع، Cantor & Kihlstrom, 1989)، كما بدأ البحث فى قياس وتطبيق مفهوم الذكاء الانفعالى فى الحياة اليومية (Ciarrochi, Forgas & Mayer, 2001) كما يتوفر دليل على أن وجوده فى الأطفال يقدم تنبؤاً بالسلوك الاجتماعى اللاحـــق والكفـــاءة الاكاديميـــة (Izard, Fine, Schultz, Mostow, Ackerman & Youngstrom, 2001).

باختصار بعد نشأة مفهوم الذكاء الانفعالى فى التراث العلمى، تم ترويجه فى صورة كتاب للجمهور وفى وسائل الإعلام، ويشير مصطلح الذكاء الانفعالى، كمـــا هو مستخدم فى التراث المهنى إلى مجموعة نوعية من الكفاءات الانفعالية، أما مـــا جاء فى أكثر الكتب مبيعًا (Golman, 1995)؛ فيتضمن الذكاء الانفعالى كل شيء عدا نسبة الذكاء مما يسهم فى النجاح الاجتماعى والاقتـــصادى. والمـــشكلة كمـــا صاغها مطوّرًا المفهوم ماير وسالوفى (Mayer and Salovey) كالآتى:

> فى هذا الكتاب، امتدت الكفاءات الانفعالية فجأة من مجموعة من القـــدرات تستحق مزيدًا من الدراسة (من وجهة نظرنا) إلى ثروة مـــن الإمكانـــات الشخصية، القادرة على تحديد شخصية الفرد وإنجازات حياته وصحته (من وجهة نظر جولمان). وقد أصبحت الآن بعض الدعاوى غير المعقولة حقًا عن الذكاء الانفعالى شديدة الشيوع. وكأننا فى افتراضنا لإطار عمل خاص

[1] Emotional Intelligence

بالذكاء الوجدانى تعثرنا فى علاج شامل للأفراد والمجتمع، دون حتى أن نعرفه (Salovey, Berell, Detueikrll, Mayer,2000: 516).

المشقة والتكيف:

تعد المشقة جزءًا مهمًا من حياة معظم الناس، فكمية المشقة التى نعيشها وكيفية إدارتنا لها تلعب دورًا كبيرًا فى حسن حالنا الجسدية والنفسية. وبينما تعد القدرة على معايشة المشقة والاستجابة لها جزءًا من حياة الحيوان بما لها من قيمة تكيفية، فإن القدرة على معايشة المشقة المزمنة، وعواقبها المجهدة، ربما تكون خاصية يتفرد بها الإنسان (Ader, 2001; Sapolsky, 1994).

ويُعد ريتشارد لازاروس Richard Lazarus الباحث الرائد فى التركيز على الأوجه النفسية للمشقة وكيفية التعايش معها (Lazarus, 1991, 1993a, 1993b, 1993c; Lazarus & Folkman, 1984). فقد بدأ بحث لازاروس فى الخمسينيات وأدى إلى نشر كتابه *المشقة النفسية وعملية التعايش* *Psychological Stress and the Coping Process* سنة ١٩٦٦، الذى أعطى للعمل فى مجال المشقة شكله، حتى الوقت الراهن. وعرض لازاروس، فى بحثه المبكر، أفلامًا تسبب مشاعر المشقة لمبحوثيه. ففى أحد الأفلام كانت تجرى سلسلة من العمليات كجزء من الشعائر الدينية على الذكور فى إحدى قبائل أستراليا؛ وفى فيلم آخر عرضت حوادث دموية (عامل موضوع بشكل مميت على حافة نشر منشار مستدير؛ أو قطع إصبع أحد العمال). كان لازاروس، متأثرًا بالنظرية التحليلية، مهتمًا بكيفية تأثير دوافع الأفراد وجهودهم للتعايش مع التهديد على درجة المشقة التى يشعرون بها. وقدمت مع الأفلام رسائل للتأثير فى الدفاعات التى يستخدمها المبحوث. فمثلاً رسائل مثل "الأفراد فى الفيلم لا يتأذون أو يصبهم كرب مما يحدث" و"هذه الحوادث التى لم تحدث بالفعل وإنما سجلت للتأثير"، كانت تستخدم

لتشجيع آلية الإنكار[1]. وتم قياس درجة المشقة فى علاقتها بالأفلام التى يصاحبها رسائل، وذلك من خلال تقارير ذاتية للمشقة وتسجيلات فزيولوجية لمعدل ضربات القلب ومستويات توصيل الجلد (أى: نشاط غدة العرق) للمبحوثين. ووجد لازاروس فى هذا البحث أن الرسائل المصاحبة للأفلام كان لها تأثير قوى على درجة المشقة التى يشعر بها المبحوثون. وفى الإجمال، قد عكست المشقة المعاشة درجة التهديد المُدرك والعملية الدفاعية التى يوظفها الأفراد للتعايش مع هذا التهديد.

انتقل لازاروس بعد ذلك من التأكيد على دفاعات الأنا[2] إلى تصور مفهومى معرفى أعرض، وعّرف *التقدير*[3] بوصفه متغيرًا معدِّلاً أو وسيطًا أساسيًا للاستجابة للمشقة. وطبقًا للنظرية المعروضة فى كتابه الشهير، فإن المشقة تحدث عندما يدرك الشخص الأحداث على أنها مرهقة ومستنزفة لموارده ومهددة لحسن حاله (Lazarus, 1966). وتتضمن هذه العملية مرحلتين من التقدير المعرفى. ففى **المراحل الأولية** يقدر الشخص ما إذا كانت هناك أى مراهنة فى الموقف، وما إذا كان هناك تهديد أو خطر، فمثلاً: هل هناك احتمال للأذى أو الإفادة بالنسبة لتقدير الذات؟ هل هناك ما يعرض صحة الفرد أو صحة أحد ممن يحبهم للخطر؟ وفى **المرحلة الثانوية** يقدر الشخص ما إذا كان هناك أى شىء، يمكن فعله للتغلب على الضرر، أو الوقاية منه، أو تحسين التوقعات فى اتجاه المصلحة. بمعنى آخر يتضمن التقدير الثانوى تقويمًا لإمكانات الفرد للتعايش مع الضرر المحتمل أو الفوائد التى تم تقويمها فى مرحلة التقدير الأولى. وفى الإجمال تعد درجة المشقة المعيشة نتيجة لهاتين العمليتين من التقدير-حيث تختص إحداهما بتقدير درجة الضرر أو التهديد المحتمل، وتختص الأخرى بتقدير إمكان التعايش الناجح مع التهديد.

---

(1) Denial

(2) Ego Defenses

(3) Appraisal

ويفترض لازاروس أن عمليات التقدير الأولى والثانوى هى عمليات عامة للتعايش مع المشقة. ومع ذلك فإن مختلف وسائل التعايش مع المشقة تكون متاحة فى مواقف الكرب للتحكم فى الظروف التى تُقدر على أنها مرهقة لموارد الفرد أو لتحملها. وأدى البحث فى مختلف الوسائل التى يستخدمها المبحوثون للتعايش مع المشقة إلى تطوير *مقياس طرق التعايش مع المشقة*(١) وهو استبيان يقيس ثمانية أساليب للتعايش (Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis & Grunen, 1986)، أنظر الجدول (١٠-٤) وهناك تمييز خاص بين *أشكال التعايش التى تركز على المشكلة* (مثل الجهود التى تبذل لتغيير طبيعة الموقف) *وأشكال التعايش التى تركز على الانفعال* (مثل تجنب الانفعال والابتعاد عنه، والهروب – الإحجام، والبحث عن المساندة الاجتماعية).

جدول (١٠ – ٤)

بنود توضيحية من مقياس أساليب التعايش

المقياس	البند التوضيحى
– المواجهة/ التعايش	– عبرت عن غضبى للشخص الذى سبب المشكلة.
– التجنب	– خففت من وقع الموقف وفضلت ألا أتعامل معه بجدية.
– التحكم فى الذات	– حاولت الاحتفاظ بمشاعرى لنفسى.
– البحث عن مساندة اجتماعية	– تحدثت مع شخص ما لأكتشف المزيد عن الموقف.
– قبول المسئولية	– اقتنعت أننى سببت المشكلة لنفسى.
– الهروب – الإحجام	– تمنيت أن ينتهى الموقف أو ينقضى بشكل ما.
– حل المشكلة التخطيطى	– عرفت ما يجب فعله، لذلك ضاعفت جهدى لجعل الأمور تنجح.
– إعادة التقدير الإيجابى	– تغيرت أو نَموْتُ كشخص يسير فى طريق جيدة.

---

(١) Ways of Coping Scale

المصدر:

"The Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping and Encounter Outcomes," by S. Folkman, R.S Lazarus, C, Dunkel-Schetter, A. DeLengis, and R. Gruen, 1986, *Journal of Personality and Social Psychology, 50*, p. 996.

ويوحى البحث القائم على استخدام هـذا الاسـتخبار بالاسـتنتاجات الآتيـة (Lazarus, 1991):

١- يتمايز الأشخاص فى تقديراتهم للمواقف. بعبارة أخرى فإن تقديرات الفرد حساسة للظروف البيئية.

٢- يوجد دليل على كل من الاستقرار والتغير فى الأساليب التى يـستخدمها الأفراد للتعايش مع مواقف المشقة، رغم أن الأفراد يميلون لتفصيل طرق تعـايش معينة، إلا أن معظمهم يستخدم عددًا من أساليب التعايش اعتمـادًا علـى الـسياق المحدد. بمعنى آخر، يعكس التعايش كلاً من الشخصية والتأثيرات الموقفية.

٣- بشكل عام، كلما ارتفع مستوى المشقة وجهد التعـايش معهـا؛ انخفـض مستوى الصحة الجسمية للفرد وزاد احتمال ظهور أعراض نفسية. وبالعكس، كلما زاد الإحساس بالسيطرة تحسنت الصحة الجسمية والنفسية.

٤- رغم أن قيمة شكل معين من التعايش تتوقف على السياق الذى يـستخدم فيه، إلا أن حل المشكلة التخطيطى ("وضعت خطة واتبعتها" أو "ركزت فقط علـى الخطوة التالية") يُعد، بشكل عام، أكثر تكيفًا من الهروب-الإحجام ("تمنيت أن تحدث معجزة" أو "حاولت أن أخفف التوتر عن طريق الأكـل، أو الـشرب، أو تعـاطى المخدرات") أو التعايش بالمواجهة ("طرحت مشاعرى للخارج إلـى حـد مـا" أو "عبرت عن غضبى للشخص الذى سبب المشكلة").

إن عددًا من ملامح هذا المنحى جدير بالملاحظة. **أولاً**، هناك تأكيد على مـا يطلق يسميه لازاروس اسم *المنحى التوسطى المعرفى*[1] والذى يؤكـد المعنـى أو

---

(١) Cognitive Mediational Approach

التقدير المعرفى للموقف. **ثانيًا**، تفهم المشقه فى ضوء العلاقة بين الفرد والبيئة. وما هو شاق بالنسبة لشخص ليس بالضرورة كذلك بالنسبة لآخر. وبالتالى لا نستطيع الحديث عن تنبيه شاق فى ذاته، بل بالأحرى يجب الحديث عن علاقة بين الدرجة المحتملة للضرر المدرك والموارد المدركة للتعايش معه؛ فالمشقة ليست فى التنبيه أو الموضوع، لكنها فى العلاقة بين الشخص والحدث. **ثالثًا**، ينظر إلى المشقة والتعايش كعمليات أكثر مما ينظر إليها فى ضوء السمات، فقد افترض لازاروس أن الأفراد يستخدمون عددًا متنوعًا من أساليب التعايش اعتمادًا على طريقتهم المفضلة والمتطلبات التكيفية للموقف: "ورغم أن أساليب التعايش الثابتة موجودة ومهمة، إلا أن التعايش يعد سياقيًا بشكل كبير، فلكى يكون فعالاً يجب أن يتغير عبر الوقت وعبر ظروف المشقة المتنوعة" (Lazarus, 1993a, p. 8). وفى النهاية، يمكن ملاحظة أن لازاروس رأت عملية التعايش تحدث على مستوى كل من الشعور واللاشعور، فالمرء أحيانًا يعى الأسلوب الذى يستخدمه فى التعايش، وأحيانًا أخرى يحدث هذا على مستوى لاشعورى. وبإيجاز يؤكد نموذج لازاروس للمشقة والتعايش على كل من العمليات المعرفية التعديلية أو التوسطة، والعلاقات بين البيئة والفرد، وبين الشخصية والتأثيرات السياقية، وعلى العمليات الشعورية واللاشعورية.

بمرور الوقت نظر لازاروس للمشقة بوصفها جزءًا من المنحى الأعرض المتصل بالانفعالات فقد طور نظرية علائقية- دافعية معرفية فى الانفعالات[١]. وهى نظرية معرفية فى تأكيدها عمليات التقدير والمعتقدات حول الذات والعالم، وهى دافعية لأنها تتضمن دوافع وأهدافًا يواجه بها الفرد البيئة، وهى علائقية فى تأكيدها على العلاقة بين الفرد والبيئة. ويتأثر الانفعال الذى يمر به الفرد بالمدى الذى يتماس به الموقف والمواجهة الحادثة فيه مع أهداف المرء الشخصية ومدى

A Cognitive Motivational – Relational Theory Of Emotions (١)

إعاقة هذا الموقف أو تيسيره لتلك الأهداف. فالانفعالات السلبية تكون مصاحبة للتقديرات التى تشير إلى أن أهدافًا مهمة ستتم إعاقتها فى المواجهة. بينما نشعر بالانفعالات الإيجابية عندما تشير التقديرات إلى أن أهدافًا مهمة سيتم تيسيرها. وبالإضافة إلى ذلك يفترض أن الفرد يقوم بتقديرات أخرى فى كل مواجهة تؤثر على الطبيعة النوعية للانفعال الذى يمر به. فمثلاً، عندما يغضب الفرد فإنه يكون قد قام بتقدير أن أهدافه قد أعيقت بسبب فعل شخص آخر؛ بحيث يقع اللوم هنا على الآخر. والعكس بالنسبة للشعور بالذنب حيث يلوم الفرد نفسه لإعاقتها للأهداف. كما تتم تقديرات للاحتمالات الممكنة لتغير الموقف. فانفعال الأمل يرتبط بتقدير أنه يمكن تحسين موقف سلبى، أو أنه يمكن إنتاج موقف إيجابى، بينما يكون انفعال الحزن مصاحبًا لتقدير أن هناك خسارة نهائية.

طور كارفر وشاير أيضًا مقياس تقرير ذاتى لعمليات التعايش – *استبيان تفضيل عمليات التعايش* [1] (COPE) (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989). ويعرِّف هذا الاستبيان ثلاثة أساليب كبرى للتعايش، هى: *حل المشكلة* (كالتعايش النشط، والتخطيط، وكبت النشاطات المنافسة)، *والتكييف الذهنى* [2] (كالقبول، وإعادة التأويل الإيجابية) *والإحجام* (كالإنكار، والانفصال السلوكى والعقلى، وتعاطى المخدرات – الكحول). وكما سنرى فى القسم التالى، يستخدم هذا الاستبيان فى دراسة العواقب الصحية للأساليب المختلفة للتعايش مع المشقة. وفى الوقت نفسه فإن مقياس لازاروس ومقياس كارفر وشاير كليهما يُعد تقريرًا ذاتيًا، لذا أثيرت تساؤلات عما إذا كانت الإجابات على البنود تعكس الأساليب الفعلية التى يتعايش بها الأفراد مع المشقة فى حياتهم اليومية (Coyne & Gottlieb, 1996; Smith, Leffingwell, & Ptacek, 1999).

---

(١) The Coping Operations Preference Enquiry

(٢) Mental Accommodation

التعايش وآليات الدفاع:

ربما يذكرنا الاهتمام بالفروق الفردية فى أساليب التعايش مع المشقة ببعض آليات الدفاع التى أكدتها نظرية التحليل النفسى (الفصل السابع). فقد أثيرت أسئلة، حديثًا، حول العلاقة بين الاثنين. تفترض إحدى وجهات النظر أن آليات الدفاع تُعد أكثر نزوعية(١)، ولا شعورية، ومرضية(٢)، بالمقارنة بعمليات التعايش (Cramer, 2000) ورغم فائدة هذه الرؤية إلا أن التمييز بينهما ليس دائمًا بهذا الوضوح القاطع (Erdelyi, 2001; Newman, 2001) لاسيما وأن الجدال الذى أثير فى الماضى ركز على ما إذا كانت مختلف أساليب التعايش أو الجهود الدفاعية تعد تكيفية أم غير تكيفية(٣)، صحية أم مرضية. فمن ناحية يميل التحليليون إلى رؤية "التوجه الواقعى(٤)" كمحدد أساسى بالنسبة للصحة الانفعالية، ويرون الدفاعية(٥) علامة على المرض (Colvin & Block, 1994; Shedler, Mayman & Manis, 1993) ومن ناحية أخرى يميل ذوو التوجه المعرفى الاجتماعى إلى رؤية بعض آليات التعايش، كالخداعات(٦) الإيجابية وخداعات الذات بوصفها صحية وتكيفية. فمثلاً، يفترض أن تكون الخداعات الإيجابية عن الذات، وعن قدرة الفرد فى السيطرة على الأحداث، وعلى المستقبل واعدة، بل ربما تكون جوهرية، بالنسبة للصحة النفسية (Taylor, Kemeny, Reed, Bower, & Gruenewald, 2000).

---

(١) Dispositional
(٢) Pathological
(٣) Maladaptive
(٤) Reality Orientation
(٥) Defensiveness
(٦) Illusions

أضواء على باحث

ريتشارد لازاروس Richard S. Lazarus

التقدير والمعنى الشخصى فى المشقة والتعايش، والانفعال

عندما أتيت إلى المشهد فى أواخر الأربعينيات (١٩٤٠)، كان قليلون جدًا من علماء النفس مهتمين بالمشقة. وحدث لى أن رأيت المشقة والانفعالات المصاحبة لها، كمشكلة كبيرة تتصل بالتكيف الإنسانى فى الحياة اليومية. فأكثر المعارك والنقلات أهمية فى الحياة، مثل الذهاب للمدرسة، والأداء العلنى؛ والامتحانات؛ وحل مشكلات العمل؛ والانسجام مع الآخرين؛ والتعامل مع الوالدين والأولاد؛ والمعلمين؛ والمسنين؛ واجتياز أمراض تهدد الحياة كل ذلك يتضمن مشقة. ومع ذلك فإن المشقة أقل أهمية، بشكل ما، من الطريقة التى يواجهها بها الأفراد؛ فالتعايش السيئ يجعل المشقة أسوأ ويسهم بها فى الإصابة بالمرض الجسدى والنفسى.

وبالإضافة إلى القضايا العقلية البحتة، كان هناك سبب شخصى مهم لاهتمامى بالموضوع. لقد كنت أنظر إلى طفولتى ومراهقتى بوصفهما مراحل شاقة جدًا، وكنت أشعر أن انفعالاتى تخرج عن سيطرتى بسهولة جدًا. وقد أردت فهم ما كان يحدث فى معارك حياتى الشخصية، وأن أستطيع تطبيق ما تعلمته على نفسى وعلى الآخرين الذين يحتاجون مساعدتى.

وتبين سريعًا أن الأعباء الشاقة للعيش ليس لها نفس التأثير على كل

الأشخاص. فقد أظهر البعض عجزًا فى أدائهم، بينما لم يظهر على البعض الآخر تأثيرات واضحة؛ فى حين تحسن أداء آخرين. بخلاف التأكيد المعيارى التقليدى فى علم النفس، كان علينا أن نأخذ *الفروق الفردية* فى الحسبان. وبصفتى عالم نفس وذا اهتمامات عيادية قوية، فقد انجذبت إلى المبادئ العامة التى يمكن أن تكون لها تطبيقات لأفراد فى مأزق. فكما صاغها لاروسفوكولد La Rochefaucauld "إنه من الأيسر أن تعرف الإنسان بصفة عامة، من أن تفهم إنسانًا واحدًا بصفة خاصة".

لقد أصبحت مقتنعًا بأننا بحاجة إلى فهم ماذا فى الأفراد وفى الظروف البيئية التى يواجهونها، يمكنه تفسير ما إذا كانوا يعانون من المشقة، وبأى طريقة يعانون؟ وكانت أطروحتى الأساسية هى أن الطرق التى *يقدر* بها الأفراد *ويتعايشون* مع المعنى الشخصى لما يحدث لهم تشكل حياتهم الانفعالية. وهذه الأطروحه مصاغة بكفاءة فيما قاله شكسبير على لسان هاملت (الفصل الأول، المشهد الثانى): "لايوجد ما هو حسن أو سيئ، إنما التفكير يجعله كذلك ". وبالتالى، فإن التقدير والتعايش، والانفعالات التى تثيرها تتأثر كلها بالفروق الفردية فى *ترتيب الأهداف* وفى *المعتقدات حول الذات والعالم*.

وأوضح البحث الذى أجريته بالأفلام ذات الصور المتحركة فى باكورة الستينيات، أنك لو غيرت طريقة الناس فى تأويل ما يحدث فى فيلم مزعج، فإنك تستطيع أن تؤثر تأثيرًا كبيرًا على مستويات المشقة التى يظهرونها. ويناقش كتاب *المشقة النفسية وعملية التعايش* *Psychological Stress and the Coping Process* الذى نشرته سنة ١٩٦٦، المناحى النظرية والدراسة الواقعية للمشقة من هذا المنطلق. وأميل إلى الاعتقاد بأن هذا البحث ساهم فى الاتساع السريع للاهتمام بالمنحى التعديلى-المعرفى للمشقة والتعايش، سواء فى الدوائر المتخصصة أو غيرها. ولقد تابعنا النشر فى ذلك مؤخرًا، أنا وسوزان فوكمان Susan Folkman، بكتاب *المشقة، والتقدير، والتعايش* (1984) *Stress, Appraisal, and Coping*.

وقدمت حديثًا نظرية العلائقية-الدافعية-المعرفية فى الانفعالات، التى اختبَرت فيها كل انفعال من حيث معناه الحقيقى بالنسبة للفرد وعملية التقدير التى أنتجت هذا المعنى (Lazarus, 1991). ولما كانت المشقة تتضمن كثيرًا من الانفعالات المختلفة، تصل إلى خمسة عشر انفعالاً أو أكثر، فإن دراسة الانفعالات التى يمر بها الأفراد فى مواجهاتهم التكيفية ستقدم تحليلات حول ما يحدث نفسيًا أقوى بكثير من دراسة المشقة على إطلاقها، حيث يتم تناولها نمطيًا بوصفها متغيرًا مفرد البعد (Lazarus, 1993b).

ومن ثم؛ فإن معرفتنا أن رد الفعل هو القلق، أو الغضب، أو الشعور بالذنب، أو الأمل أو الفخر تخبرنا عن الأفراد وعما يتعاملون معه فى حياتهم أكثر بكثير من معرفتنا أنهم يخبرون قدرًا معينًا من المشقة. فكل انفعال يحمل معنى مميزًا يكوِّنه الفرد عن علاقاته بالآخرين. وأصبح مفهوما التقدير والتعايش مقبولين بل سائدين فى الجهود الراهنة لفهم الحياة الانفعالية ودورها فى التكيف.

ونظرًا للاتجاهات الجديدة والمتجددة فى علم النفس؛ فإنه من التهور التنبؤ بالمستقبل. قد تكون عبارات حول ما نأمله أكثر حساسية. آمل أن ينطوى المستقبل على استعداد أكبر من قبل علماء النفس لدراسة ما أعرض عنه علم النفس تكرارًا – تحديدًا، المعانى الشخصية العلائقية التى تقف وراء انفعالاتنا، وفى الواقع، الكثير مما نمارسه لنتعايش. إن الأحكام التقويمية المركبة، ما أطلقنا عليه التقديرات، تنتج هذه المعانى. أما كيف يتم ذلك فهو من ثم مهمة مركزية بحثية وتنظيرية.

أتمنى أيضًا أن تستمر عملية التعايش فى استثارة الاهتمامات البحثية، تلك العملية التى أشرنا إليها بوصفها الطرق المتنوعة للتكيف مع العالم وتنظيم انفعالاتنا. ويُعد قياس التعايش وفعاليته فى تيسير التكيف من بين أهم الألغاز التى يعتمد عليها فهمنا الشامل لحياتنا الانفعالية (Lazarus, 1993a).

ولا يكفى دراسة التعايش والانفعال بين الأشخاص وحدها، ولا من خلال الاستخبارات. فنحن نحتاج للدراسة العميقة، المكلفة والتى تستغرق وقتًا، والتى

يُدرس من خلالها بناء المعنى وعملية التعايش داخل-الفرد (داخل الفرد نفسه، عبر الزمن والمواقف). والتحدى الأعظم الآن هو دراسة العمليات المتضمنة بشكل طبيعى، وبشكل طولى، وبعمق، على أن نولى مزيدًا من الانتباه الدقيق للأدلة على العمليات اللاشعورية، مثل دفاعات الأنا التى قد تقع تحت سطح أفعالنا وردود أفعالنا.

فهل هناك أى مخرج من هذا الخلاف؟ ربما تقع الإجابة فى الطرق التى تستخدم بها هذه العمليات أو الآليات. فأحد الفروق بين الآليات الصحية وغير الصحية هو مستوى شدة عمل هذه الآلية أو تلك. فالخداعات، مثلاً، يمكن أن تتراوح من إنكار صعوبات صحية جوهرية إلى رؤية الذات على أنها أكثر إيجابية بقليل مما يقوله عنها الآخرون. فالإنكار ربما يكون إشكاليًا إذا كان يعنى أن الفرد لايقوم بشىء فى الموقف الذى يمكن عمل شىء فيه. لكنه لا يكون كذلك عندما لا يوجد شىء يمكن فعله. على سبيل المثال، يُعدّ الإنكار أكثر إشكالاً حين تكون النتيجة إهمال مسألة صحية، فربما يؤدى ذلك إلى نوبة قلبية أو اكتشاف متأخر لسرطان، لكنه يكون أقل إشكالاً عندما يكون الموت وشيكًا ولا يمكن تحاشيه. وفى النهاية، فرق أخير يتمثل فى المدة الزمنية التى تستخدم خلالها الآلية – أى ما إذا كانت بالفعل أسلوبًا للحياة أم يختص استخدامها بموقف محدد. فمثلاً، التحيزات الخاصة بتحسين الذات يمكن أن تكون تكيفية على المدى القصير (مثل تحسين تقويم الذات) لكنها تصبح غير تكيفية إذا استخدمت عبر مدد ممتدة من الزمن (Robins & Beer, 2001). إن العمليات التكيفية تميل إلى أن تكون أقل شدة، وأكثر ارتباطًا بالموقف، وأقصر مدة. بينما تميل عمليات سوء التوافق لأن تكون أشد، وأكثر اعتمادًا على الموقف، وأطول مدة. وكما فى كثير من العمليات النفسية المعقدة، ربما يكون من الصعب التمييز بين الاثنين فى أى موقف معين. فى حين أنه، بشكل عام، يمكن أن يكون للتمييز بين عمليات التعايش الدفاعية، التكيفية وغير التكيفية، معنى وفائدة مفهوميان.

الانفعال، والتكيف، والصحة

لنوع الانفعالات التى نمر بها والطرق التى نتعايش بها مع مشاق الحياة تضمينات بالنسبة للصحة الجسدية والنفسية (Ader, 2001; Contrada, Cather, & O'Leary, 1999; Salovey, Rothman, Detweiler, & Steward, 2000; Suinn, 2001). وبشكل عام يُعد الوجدان السلبى والمشقة المستمرة عاملان سيئان بالنسبة لصحة الشخص، بينما يُعد الوجدان الإيجابى عاملاً جيدًا لصحة الشخص. وفى ضوء هذا الأخير تُوضع دراسة حديثة محل اهتمام خاص، حيث تم فى هذه الدراسة تحليل سير ذاتية مكتوبة بخط اليد لراهبات كاثوليكيات، جمعت عندما كن فى سن يتراوح بين ١٨ و ٣٢، وبعد مرور ستة عقود، وُجد ترابط قوى جدًا بين المحتوى الانفعالى الإيجابى فى هذه السير الذاتية وأطوال أعمارهن (Danner, Snowdon, & Friesen, 2001) ويشير بحث آخر إلى أن طبيعة أو جودة العلاقة الزواجية لها عواقب دالة سواء بالنسبة للصحة النفسية (مثل: الاكتئاب) أو الصحة الجسدية (مثل تصلب الأوعية الدموية والأداء الوظيفى لجهاز المناعة) (Kiecolt–Glaser & Newton 2001). النفسى والجسمى، ورغم أنهما يلاحَظان منفصلين، إلا أن لهما آثارًا مختلفة. ذلك أن جودة الأداء الوظيفى النفسى لها تضمينات مباشرة على جودة الصحة الجسمية وجودة الصحة الجسمية لها تاثيرات مباشرة بالنسبة لحسن الحال النفسية.

ليست فكرة أن العقل والجسم متصلين داخليًا جديدة إذ افترض المحللون النفسيون أن الصراعات النفسية يمكن أن تنتج اضطرابات فى الأداء الوظيفى الجسمى، أو ما يطلق عليها *الاضطرابات النفسجسمية*[١] (Alexander, 1950)، ففى هذه الحالات تؤثر النفس[٢] أو العقل[٣] على الجسم[٤]. وما يهمنا معرفته هو أن

Psychosomatic Disorders (١)
The Psyche (٢)
Mind (٣)
The Soma (٤)

الاضطراب فى الأداء الوظيفى الجسمى يكون حقيقيًا، كما يحدث فى اضطرابات مثل ارتفاع ضغط الدم، والقرحة. ومن وجهة النظر التحليلية آنذاك، فإن صراعات نفسية محددة كانت مرتبطة باضطرابات جسمية محددة، فمثلاً صراعات الحاجات الاعتمادية وتمنِّى المرء أن تتم تغذيته ربما ينتج عنها قرحة المعدة. وقد واجهت هذه الرؤية صعوبات عندما كان من الصعب الإتيان الواقعى لما تقترحه من خلال المشاهدة العيادية – ثبت وجود صلة بين صراعات نوعية معينة واضطرابات جسمية نوعية.

وقد عاد الاهتمام حديثًا بالصلة بين العقل والجسم، مع أن المناحى الحالية تعد أكثر واقعية ولا تعتمد على النموذج التحليلى. بالإضافة إلى ذلك، هناك جهد يُبذل لتحديد دقيق للصلة الفعلية بين العمليات النفسية والعمليات الجسمية، أى لفهم وقياس العمليات البيولوجية التى تتوسط المشاعر وتكوين المرض أو الصحة (Kiecolt – Glases, McGuire, Robles, & Glaser, 2002).

رأينا بالفعل فى الفصول الأولى الدليل على الجهود المبذولة لربط العمليات النفسية بحسن الحال النفسية والجسمية. فمثلاً، وضعت افتراضات للروابط بين أنواع العزو الداخلية، والثابتة، والكلية للأحداث السلبية والاكتئاب؛ وبين معتقدات انخفاض الكفاءة الذاتية وتدنى الأداء الوظيفى للجهاز المناعى، وبين صراعات الهدف وزيادة الشكاوى الجسمية والنفسية وتكرارها. والبحث مستمر فى كل هذه المجالات.

ونعرض فى الفقرات التالية لثلاثة مجالات من البحث، تتصل بالعلاقة بين الشخصية والصحة وهى:

التفاؤل(١)، والوجدانية السلبية(٢)وقمع الانفعال(٣). فهذه المجالات الثلاثة تُعد

---

(١) Optimism
(٢) Negative Affectivity
(٣) Suppression of Emotion

مجالات نشطة من البحث، ومن الممكن أن تكون مرتبطة بالمحتوى الذى تم تناوله مبكرًا فى الكتاب.

التفاؤل والصحة: قوة التفكير الإيجابى

فى السنوات الأخيرة، أوحت بعض الكتب، من قائمة أكثر الكتب مبيعًا، أن التفاؤل والمزاج الإيجابى مفيدان للصحة (Cousins, 1979; Siegel, 1986)، فهل من دليل على صدق هذه الادعاءات؟ وهل من دليل على قوة التفكير الإيجابى؟ بحث شايير Sheier وكارفر Carver (1993) على مدى سنوات من العقد الماضى، العلاقة بين التفاؤل والصحة. ويُعرَّف **التفاؤل** بأنه الاعتقاد أو التوقع بأن أشياء طيبة –عكس سيئة– سوف تحدث عامة فى حياة الفرد. ويفترض شايير وكارفر أن الأفراد يكّونون توقعات معممة[١]، وهى تشبه الرؤية التى اقترحها روتر Rotter (الفصل الثالث). يُنظر إلى التفاؤل، إذن، كخاصية جوهرية فى الشخصية تتضمن توقعات معممة تتصل بالمستقبل. ويقع الأفراد على متصل من المتشائمين[٢] (الأفراد الذين يتوقعون بشكل عام حدوث أشياء سيئة) على أحد الطرفين والمتفائلين (الأفراد الذين يتوقعون بشكل عام حدوث أشياء طيبة) على الطرف الآخر. وتم تكوين مقياس لقياس الفروق الفردية على هذا المتصل، وهو اختبار توجه الحياة[٣] (LOT) (Scheier & Carver, 1985; Scheier, Carver, & Bridges, 1994)، جدول [١٠–٥] وتوحى نتائج الدراسة أن الفروق الفردية على امتداد بعد التفاؤل–التشاؤم ثابتة نسبيًا على مدى ثلاث سنوات، حتى فى مواجهة الكوارث الفردية (Scheier & Carver, 1987, 1993). ورغم توفر دليل على أن مقياس توجه الحياة يمكن استخدامه لتحديد الأفراد على امتداد بعدين منفصلين: بُعد التفاؤل، وبُعد التشاؤم ويقرر شايير وكارفر النظر إلى التفاؤل

---

(١) Generalized Expectancies

(٢) Pessimists

(٣) The Life Orientation Test

والتشاؤم، كقطبين متقابلين على بُعد واحد.

جدول (١٠ – ٥)

بنود توضيحية من اختبار توجه الحياة (LOT).

١- فى الظروف غير الواضحة أتوقع عادةً الأفضل.
٢- أنظر دائمًا إلى الجانب المشرق من الأشياء.
٣- أنا من المؤمنين بفكرة أن "لكل شيء جانبه المشرق".
٤- نادرًا ما أتوقع أشياء طيبه تحدث لى. (درجة عكسية).

المصدر:

Scheier, M.F., & Carver, L.S. (1985). "Optimism" coping and Health: Assessment and implications of generalized outcomes expectancies. *Health Psychology, 4,* 219 – 247.

فهل يختلف الأفراد فى النزوع للتفاؤل كما يعّرف بالدرجة على مقياس توجه الحياة؟ تبعًا لشايير وكارفر، فإن عددًا متناميًا من الدراسات يفترض أن "المتفائلين يحتفظون عادةً بمستويات مرتفعة من حسن الحال أثناء أوقات المشقة، أكثر مما يفعل الأفراد الأقل تفاؤلاً" (1993, p. 27) فمثلاً، وجد أن المتفائلين يتوافقون، بشكل أفضل من المتشائمين، فى مرحلة الانتقال من المدرسة إلى الجامعة، كما وجد أن التفاؤل يرتبط بمستويات منخفضة من المشقة لدى النساء المصابات بسرطان الثدى (Aspinwall & Taylor, 1992; Carver et al., 1993). ومع ذلك يبدو أن آثار التفاؤل تتجاوز جعل الأفراد يشعرون بالتحسن؛ ففى دراسة لعلاقة هذه الخصلة للشخصية بحسن الحال بالنسبة للجسم تم دراسة النزوع إلى التفاؤل فى علاقته بالشفاء من جراحة انسداد الشريان التاجى (CABS)، حيث كان يتم تقويم النزوع للتفاؤل قبل الجراحة وعلاقتة بالشفاء الجسمى للمريض وحسن الحال العامة لمدة من ستة إلى ثمانية أيام، ثم بعد ستة أشهر بعد العملية. وقد وجد أن النزوع للتفاؤل يرتبط بمعدلات أسرع للشفاء الجسمى أثناء مرحلة الإقامة فى المستشفى، ومعدلات أسرع للعودة إلى نشاطات الحياة اليومية بعد الخروج من المستشفى،

ويرتبط أيضًا بجودة الحياة فيما بعد ستة شهور من العملية (Scheier et al, 1989). باختصار، تشير هذه الدراسة وغيرها من الدراسات إلى أن النزوع للتفاؤل له تأثير فعال على شفاء المريض من جراحة انسداد الشريان التاجى (Scheier et al., 1999). لاحظ أن كثيرًا من هذه الدراسات لم تستخدم بيانات التقرير الذاتى فقط، بل استخدمت أيضًا البيانات السلوكية. فقد ارتبط التفاؤل بالنجاح طويل المدى للمرضى فى مواجهة مرضهم (Maruta, Colligan; Malinchoc, & Offord 2000) وبإيجاز هناك دليل على أن النزوع للتفاؤل- مثله مثل متغيرات نفسية أخرى ترتبط بالوجدان الإيجابى- يرتبط بكل من حسن الحال الجسمية والنفسية (Taylor, Kemeny, Reed, Bower, & Gruenwald, 2000).

كيف يفسر المرء هذه العلاقة؟ يفترض شايير وكارفر أن آليات الدفاع تلعب دورًا مهمًا فى تعديل آثار التفاؤل على الكفاءة (Carver & Scheier, 1999)، وبدأ بحثُهما فى هذا المجال بالبحث فى العلاقة بين الفروق الفردية فى التفاؤل- التشاؤم وأساليب التعايش، و بدآ بالتمييز الذى وضعه لازاروس وزملاؤه بين التعايش المتمركز حول المشكلة[1] (أفعال تهدف لإبعاد أو إزالة مصدر المشقه) والتعايش المتمركز حول الانفعال[2] (محاولة خفض أو محو الكرب الانفعالى المصاحب للموقف). فقد افترض كارفر وشايير أن كلاً من العوامل الموقفية والعوامل الشخصية سنؤثر فى اختيار حيل التعايش؛ ومن المحتمل أن يكون التعايش المتمركز حول المشكلة أرجح فى المواقف التى يعتقد فيها الأفراد أن شيئًا ما يمكن فعله نحو مصدر المشقة، بينما يكون التعايش المتمركز حول الانفعال أرجح، عندما يعتقد الأفراد أنه لايمكن فعل الكثير نحو الموقف. أما بالنسبة إلى الاستراتيجيات التى يستخدمها كل من المتفائلين والمتشائمين للتعايش مع المشقة،

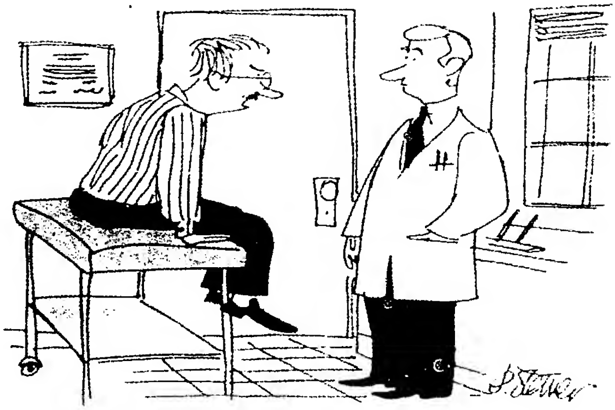
---

(١) Problem-Focused Coping

(٢) Emotion-Focused Coping

فيرجح أن يستخدم المتفائلون أساليب التعايش المتمركزة حول المشكلة، وأن يستخدم المتشائمون أساليب التعايش المتمركزة حول الانفعال.

وفى اختبار لهذه العلاقات أكمل مبحوثون مقياس توجه الحياة (LOT) ومقياس طرق التعايش[١]. وطلب من المبحوثين وصف أكثر المواقف مشقة التى واجهوها فى الشهرين الماضيين، وإلى أى حد كانوا يعتقدون أن الموقف يمكن التحكم فيه، ثم تم قياس ارتباط درجات تفاؤلهم بمختلف آليات تعايشهم مع المواقف التى وصفت بأنها قابلة للتحكم، وتلك التى وصفت بالعكس، وكذلك المواقف جميعها؛ فارتبط التفاؤل إيجابيًا بالتعايش المتمركز فى المشكلة، خاصة عندما كان الموقف يُدرك على أنه قابل للتحكم.



أعتقد أن مزاجًا سيئًا سيكون مفيدًا لصحتك

التفاؤل والصحة: يفترض البحث وجود علاقة بين أساليب التعايش مع المشقة والصحة؛ فيبدو أن الميول الإيجابية والتفاؤلية أفيَد لصحة الفرد من الميول السلبية والتشاؤمية.

---

(١) Ways of Coping Scale

وفى متابعة لهذه النتيجة جعل شاير وكارفر المشاركين يكملون مقياس توجه الحياة (LOT)، ثم بعد عدة أسابيع جعلاهم يحددون كيف سيستجيبون لخمسة مواقف افتراضية، وصفت بأنها مسببة للمشقة، وإن كان من الممكن التحكم فيها. وأحد هذه المواقف يقرأ كالتالى:

> بقى على بدء الامتحانات النهائية أسبوع وجدت فجأة وأنت تنظر إلى جدول الامتحان أن ثلاثة من امتحاناتك النهائية فى اليوم نفسه، وثلاثتها مواد أنت تعدها صعبة، كما أنها جميعها من مواد تخصصك الرئيس (Scheier, Weintraub, & Carver, 1986, p. 1261).

ارتبطت درجات مقياس توجه الحياة (LOT) بدرجات استخدام مختلف وسائل التعايش، المشتقة من أوصاف المبحوثين المتصلة بكيف سيستجيبون لكل موقف من المواقف الخمسة، وكما هو واضح فى جدول (١٠-٦) ارتبط التفاؤل بشكل دال بالتعايش المتمركز حول المشكلة وبقمع النشاطات المنافسة، وارتبط سلبيًا بالتعايش المتمركز حول الانفعال (أى، الميل للتركيز على المشاعر والتعبير عنها، والميل للانفصال (Scheier et al., 1986). ووجدت علاقات مشابهة فى دراسة عن التفاؤل والتعايش استخدم فيها مقاييس كل من التفاؤل والتعايش: (COPE) (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989).

جدول (١٠ – ٦)

الارتباط بين التفاؤل وأبعاد التعايش

تشير العلاقات إلى الارتباط الإيجابى بين التفاؤل والتعايش النشط، والارتباط السلبى مع كل من الانفصال والتركيز على المشاعر والتعبير عنها كأشكال من التعايش.

بُعد التعايش	معامل الارتباط
– التعايش المتمركز حول المشكلة	٠,١٤*
– قمع النشاطات التنافسية	٠,٢١**
– البحث عن مساندة اجتماعية	٠,٢٠**

- التركيز على التعبير عن المشاعر	٠,٢١ **
- الانسحاب	٠,٣٠ **
- إعادة التفسير الإيجابى	٠,٠٧
- لوم الذات	٠,٠٩

(*)دال عن مستوى ≤ ٠,٠٥ (**)دال عن مستوى ≤ ٠,٠١

المصدر:

"Coping With Stress: Divergent Strategies of Optimists and pessimists" by M. F. Scheier, J .K Weintraub, and C. S. Carver, 1986, *Jonrnal of Personality and Social Psychology, 51*, p. 1261, Copyright 1986 by the American Psychological Association. Reprinted by permisnion.

وبالعودة إلى دراسة سرطان الثدى التى لاحظنا فيها مبكرًا ارتباط التفاؤل بمستويات منخفضة بين المشقة، أجاب المشاركون على مقياس التعايش (COPE) فى ضوء الكيفية التى استجابوا بها لمثيرات المشقة المصاحبه للتشخيص والجراحة. وارتبط التفاؤل إيجابيًا بقبول واقعية الموقف، والمرح، وعمل أفضل ما يمكن عمله، كما ارتبط سلبيًا بالانتحار والإحجام، والانفصال عن جهود التعايش، ويوحى الدليل أن الفروق فى جهود التعايش عملت كأداة أصبحت بموجبها النساء المتفائلات أقوى صحة من النساء المتشائمات(Carver et al., 1993).

فما الذى نستنتجه من هذا البحث؟ يقترح شايير وكارفر (1993) الآتى:

تشير بحوث معاصرة ذات مصادر متنوعة إلى أن المتفائلين يتعايشون بطرق أكثر تكيفًا من طرق المتشائمين؛ فمن المحتمل أن يتجه المتفائلون مباشرة نحو حل مشكلاتهم أكثر مما يفعل المتشائمون، كما أنهم أكثر تخطيطًا فى تعاملهم مع التنوع الذى يواجهونه، وأكثر تركيزًا فى *جهودهم للتعايش*. ومن المحتمل أن يقبل المتفائلون المواقف الشاقة التى تواجههم بواقعية أعلى من المتشائمين، ويبدو أنهم أيضًا أكثر عزمًا على الاستفادة من الخبرات السلبية فى نموهم الشخصى، ويحاولون فعل الأفضل فى المواقف السيئة. وفى مقابل استجابات التعايش الإيجابية هذه، يبدو أن المتشائمين يميلون، أكثر من المتفائلين، للاستجابة للأحداث الشاقة من

خلال محاولتهم إنكارها أو عن طريق محاولة تجنب التعامل مع المشكلات، كما يميلون أكثر إلى وقف المحاولات عندما تظهر الصعوبات (pp. 27-28).

بالإضافة لهذه العلاقة بعمليات التعايش، وجد أن التفاؤل مرتبط بمزاج إيجابى أعلى وأداء فسيولوجى أكفأ، وأداء أفضل لجهاز المناعة. فمثلاً، فى دراسة عن توافق الطلاب مع المشقة التى يواجهونها فى النصف الأول من العام الدراسى فى كلية القانون؛ ارتبط النزوع التفاؤلى بتجنب أقل، واضطراب انفعالى أقل، وبمستوى أعلى من الدرجات فى قياسات الأداء الوظيفى المناعى الذى يعتقد أنه مفيد للصحة الجسمية. بل إن هذه العلاقات كانت أكثر لفتًا للنظر على مقياس للتفاؤل الموقفى مصمم خصيصًا لمثيرات المشقة الخاصة بهذه المرحلة، أى النصف الأول من العام الدراسى الجامعي الأول (Segerstrom, Taylor, Kemeny & Fahey 1998).

ويبدو جليًا أن المتفائلين يختلفون عن المتشائمين فى بؤر انتباههم؛ فبينما يركز المتفائلون انتباههم على التنبيهات الإيجابية بالمقارنة بالسلبية؛ يفعل المتشائمون العكس (Segerstrom, 2001). وهذه الفروق فى بؤر الانتباه ليست شعورية، كما يعتقد أنها تسهم فى تحسن التوافق لدى المتفائلين.

وفى النهاية، فإن التفاؤل يصاحب السلوكيات المرتبطة بالصحة (Carver & Sheier, in press) فالمتفائلون أفضل من المتشائمين فى الالتزام بنظام غذائى وتدريبى، كما أنهم أقل تورطًا فى تعاطى المخدرات.

نفترض ضمنًا من هذه النتائج أن التفاؤل شيء جيد بالنسبة للأشخاص، ويتساءل كارفر وشايير عما إذا كان هذا صحيحًا دائمًا. فهما يفترضان أن التفاؤل حسن بشكل عام، إلا أنه يمكن أن يؤدى إلى نتائج سيئة إذا كان الشخص متفائلا بشكل مبالغ فيه وبطريقة غير منتجة (كالجلوس والانتظار لكى تحدث أشياء جيدة) أو إذا استخدم دون مرونة، فى مواقف غير قابلة للتحكم، حيث يكون التعايش المتمركز حول الانفعال أكثر تكيفًا. ومع ذلك؛ فهما يلاحظان أيضًا أن الدراسات تشير إلى أن المتفائلين يبدون موجهين شطر التعايش النشط أكثر من الانتظار

السلبى والإنكار، كما يبدون أكثر مرونة فى استخدامهم لأساليب التعايش عندما تتطلب المواقف مزيدًا من الجهود المتمركزة على المشكلة، وبالتالى يستنتجان أن التفاؤل مفيد بالنسبة للأداء الوظيفى الجسمى والنفسى. ورغم أنه من الواضح أن المزاج الإيجابى أفضل بالنسبة لصحة الفرد؛ فمن الواضح أيضًا أن مثل هذا المزاج لايمكن اصطناعه؛ وبالتالى فإن مراجعة حديثة للتراث العلمى تشكك فى القول بأن التعرض للفكاهة، كمشاهدة أفلام مضحكة، له آثار مفيدة على الصحة أكثر من مجرد إزاحة انتباه الفرد عن المشقة الحالية (Martin, 2001).

العصابية والوجدانية السلبية:

نعرض فى هذا الجزء لبناء الشخصية ذات الوجدانية السلبية (NA)[1]، أو النزوع للشعور بحالات انفعالية منفرة، كالقلق أو الاكتئاب (وكذلك الوجدانات السلبية الأخرى مثل الغضب والاشمئزاز والازدراء)، والميل للنظرة السلبية للذات، وأن يكون المرء مستبطنًا ويستقر فى الجانب السلبى من الذات والعالم (L.A. Clark & Watson, 1991, 1999; D. Watson & Clork, 1984, 1992, 1993). ويُنظر إلى الوجدانية السلبية كسمة شخصية تعبر عن حالة سلبية عامة عبر المواقف والزمن، كما يُنظر إليها بوصفها متصلة بسمات العصابية والقلق، ووجد أنها مصاحبة للقلق العيادى والاكتئاب، وإن كانت أشمل فى مظاهرها. ولا يُنظر للأفراد المرتفعين فى الوجدانية السلبية بوصفهم عاجزين عن الشعور بالبهجة أو الاستثارة أو الحماس، بل بالأحرى يُعرّف الفرد مرتفع الوجدانية السلبية على ضوء نزوعه لمعايشة الانفعالات السلبية والمشقة والضيق. وتكمن أهمية هذه النقطة فى أنها -كما أشرنا آنفا- تفترض وجود بعدين للوجدان، الوجدان الإيجابى (PA) والوجدان السلبى (NA)، حيث يمكن للأفراد أن يحصلوا على درجات مرتفعة على أحدهما أو على الآخر، أو على كليهما. فمثلاً ربما يكون للشخص خبرات متعددة

---

(١) Negative Affectivity

لكل من البهجه والمشقة، أو أن يكون إما مبتهجًا أساسًا أو شاعرًا بالمشقة أساسًا، أو ألا يمر بأى منهما إلا نادرًا.

فما علاقة الوجدانية السلبية بالصحة؟ من الواضح أن الوجدانية السلبية ترتبط بالكرب وبفقر الشعور النفسي بحسن الحال، وهى ترتبط بعدم الرضا الزواجي والوظيفى وبمستويات مرتفعة من إدراك المشقة والصراع. ولكن ماذا عن الصحة الجسمية؟ نجد هنا علاقة بين الوجدانية السلبية وتقارير الشكاوى الصحية ومع ذلك، وهنا أيضًا نأتى إلى تحول مدهش ومهم، إذ يقرر عدد من الدراسات أن الوجدانية السلبية (والعصابية) ترتبط أكثر *بالشكاوى الصحية* أكثر مما ترتبط *بالمرض الجسمى الفعلى* (Costa & McCrae, 1987; D. Watson, 1988; D. Watson and Pennebaker 1989). وبعبارة أخرى، مع أن الوجدانية السلبية ترتبط بالشكاوى الصحية؛ إلا أننا لا نستطيع أن نفترض بشكل آلى وجود علاقة بين الوجدانية السلبية والصعوبات الصحية الفعلية، مثل ارتفاع ضغط الدم أو انخفاض الأداء الوظيفى لجهاز المناعة. وفى الواقع، تتوافر دلائل توحى أنه يغيب الارتباط بأمراض القلب أو السرطان أو احتمالات الموت القريب عن الوجدانية السلبية غيابًا واضحًا (Watson & Pennebaker, 1989).

وفيما يلى صورة للأفراد المرتفعين فى الوجدانية السلبية: فهم يشكون من ضيق التنفس دون دليل على أنهم يعانون من خطر فى القلب أو مرض، وهم يشكون من الصداع ولكنهم لا يشيرون إلى زيادة فى استخدام الأسبرين، وهم يقررون جميع أنواع المشكلات الجسمية، رغم أنهم ليسوا أكثر من غيرهم زيارة للطبيب أو تغيبًا عن العمل أو عن المدرسة. وبشكل عام فهم يشكون من اعتلال صحتهم دون دليل قوى على هذا الاعتلال أو على زيادة معدلات وفياتهم (D. Watson & Pennebaker, 1989, p.244).

وفى الإجمال، لا بد من مقاييس للصحة مستقلة عن مقاييس التقرير الذاتى إن كنا نود إقرار العلاقة بين الصحة ومتغير للشخصية كالوجدانية السلبية. والآن نأتى

إلى سؤال مهم. فربما يكون القارئ قد فوجئ بأنـــه يبـــدو أن للوجدانيـــة الـــسلبية خصائص تُشابه مفاهيم أخرى فى الشخصية نوقشت من قبل. لقد ذكرنا العـــصابية بالفعل، لكن يمكن للمرء أن يلاحظ أيضًا التشابه مع أسلوب العـــزو الاكتئـــابى(١) وبالفعل يُفترض أن الوجدانية السلبية ترتبط بالميل لممارسة أشكال عـــزو شـــاملة، وداخلية، وثابتة للأحداث السلبية (L.A Clark & Watson, 1991) لذلك يُنظـــر لأسلوب العزو بوصفه مكونًا من مكونات الوجدانية السلبية أكثر من كونه متغيـــرًا مستقلاً.

ولكن ماذا عن التفاؤل–التشاؤم؟ ألا يبدو الفرد المرتفع على الوجدانية السلبية بالأحرى متشائمًا؟ فى الواقع، يفترض هنا أيضًا أنه "من بين كل البنـــاءات التـــى نتناولها، ربما يعد التفاؤل–التشاؤم أوضحها ترادفًا مع الوجدانية السلبية؛ من المؤكد أن البناءين يتـــداخلان مفهوميًـــا" (L.A. Clark & Watson, 1991, p. 228) ولكن، إذا كانت الوجدانية السلبية وبُعد التفاؤل–التشاؤم مرتبطين لهـــذه الدرجـــة؛ فلماذا لا تكرر قياسات الوجدانية السلبية بعضًا من النتائج الناتجـــة عـــن اســـتخدام مقياس توجه الحياة (LOT)؟ ليست لدينا إجابة مرضية لهذا السؤال المثير والمربك فى الوقت الحالى؛ فربما تتعامل الوجدانية السلبية مع الوجدان السلبى، بينما الوجدان الإيجابى هو المكون المهم فى التفاؤل. بعبارة أخـــرى، ربمـــا لا يكـــون أحـــدهما معكوس الآخر، ومن ثم علينا أن ندفع نولى مزيدًا مـــن الاهتمـــام للعلاقـــة بـــين الوجدانات الإيجابية والسلبية، بدلاً من التركيز على نمط واحد منهما فقـــط. يـــأتى بعض الدعم لمثل هذه الوجهة من النظر من دراسة عن توافق الطلاب فى الجامعة، حيث وجد أن المزاج السلبى والإيجابى متغيران منفصلان فىعلاقتيهمـــا بأســـاليب التعايش. فمثلاً ارتبط المزاج الإيجابى بالتعايش النـــشط والبحـــث عـــن المـــساندة الاجتماعية، بينما ارتبط المـــزاج الـــسلبى بالإحجـــام (Aspinwall & Taylor,

---

(١) Depressive Attributional Style

(1992. وتوحى مثل هذه الدراسة بأن جانب المزاج الإيجابى فى التفاؤل أكثر أهمية من غياب المزاج السلبى بالنسبة للتعايش الناجح والصحة.

يرفض شايير وكارفر فكرة أن التفاؤل مرتبط بأسلوب العزو أو بالعصابية والوجدانية السلبية. ويفترضان للتفاؤل علاقة موثقة بالصحة الجسدية، فيما وراء التقارير الذاتية عن الشكاوى الصحية، وهو يظهر كمتغير مختلف عن العصابية أو القلق فى تحليلات الدرجات على مختلف مقاييس الشخصية (Scheier et al, 1989) وبالتالى ربما يكون مفهوم التفاؤل-التشاؤم منفصلاً عن مفهوم الوجدان الإيجابى- الوجدان السلبى، وإن تداخلا. تثير هذه النقطة سؤالاً يمكن أن يجيب عنه مزيد من البحث.

فى الإجمال، يعد مفهوم الوجدانية السلبية مهمًا نظرًا لتقديمه كمتغير عريض للسمات، مرتبط بالمشقة النفسية وبالشكاوى الجسمية. أما البحث فى الوجدانية السلبية فمهم لأنه يوحى بالحاجة إلى مقاييس موضوعية للصحة بالإضافة إلى مقاييس التقرير الذاتى لصياغة وإقرار العلاقة بين الشخصية والصحة الجسدية. وبالإضافة إلى ذلك يثير هذا البحث سؤالاً مهمًّا، وإن سبب إرباكًا أحيانًا، عن العلاقة بين مفاهيم الشخصية، بمعنى: إلى أى مدى تُعد المفاهيم ذات الأسماء المختلفة مفاهيم مستقلة، أو متداخلة أو متطابقة؟

قمع الأفكار والانفعالات مقابل التعبير عنها

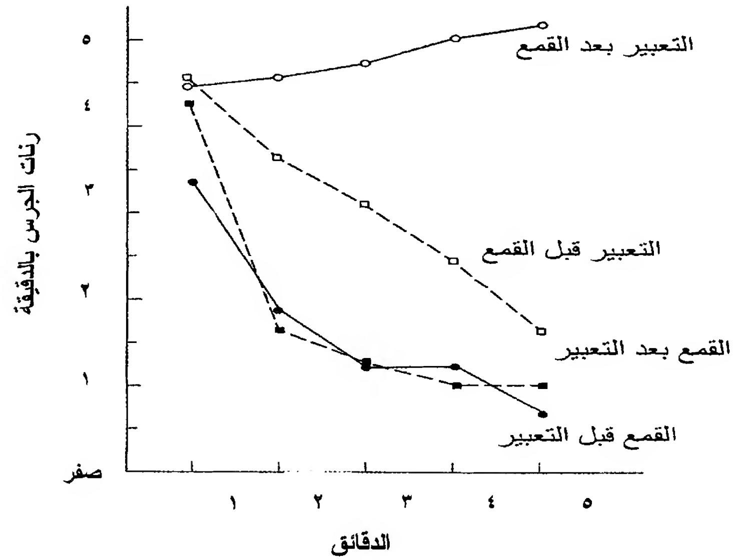
إن صورة العلاج التحليلى النفسى- بدرجة من الدقة، هى أنه يحفز التعبير الحر عن المشاعر. فهل مثل هذا التعبير عن المشاعر مرغوب، وهل يعد قمع المشاعر أو إنكارها بالضرورة مضرًا بالصحة؟ لقد أصبح هذا السؤال مجالاً مثيرا جدًا للبحث، وسيمثل محور اهتمامنا فى هذا القسم. لنبدأ أولاً بأسئلة عن مدى قدرتنا على التحكم فى أفكارنا ومشاعرنا وقمعها وماذا يحدث عندما نحاول ذلك.

بحث وجنر Wegner عن آثار قمع التفكير

دعنا نبدأ هذا الجزء من القصة بمناقشة برنامج دانيل وجنر Daniel Wegner البحثى عن أثر قمع الأفكار. ففى بداية بحثه فى هذا المجال، طلب وجنر من مشاركيه التلفظ بما يجول فى خاطرهم (تيار وعيهم) لمدة خمس دقائق، وطلب منهم ألا يفكروا فى دب أبيض خلال هذه المدة. وكذلك مطلوب منهم، أثناء تقريرهم اللفظى لتيار وعيهم وتسجيله صوتيًا، أن يضغطوا جرسًا فى كل مرة يقولون فيها "دب أبيض" أو إذا مر "الدب الأبيض" بخاطرهم. ويشار إلى هذا الإجراء بجلسة القمع. تلا ذلك أن طُلب من المشاركين أن يتلفظوا بمضمون تيار وعيهم، ويتم تسجيل ما يقولون، وأن يضغطوا الجرس إذا ذكروا أو فكروا فى "دب أبيض". بعبارة أخرى كانت الجلسة الثانية مطابقة تمامًا للجلسة الأولى باستثناء أن هذه الجلسة، التى تسمى جلسة التعبير، طلب منهم فيها أن "يحاولو التفكير فى الدب الأبيض". وأعطيت مجموعة أخرى من المبحوثين نفس التعليمات، باستثناء أنهم مروا بجلسة التعبير أولاً، ثم جلسة القمع ثانيًا.

ماذا نستطيع أن نخمن حيال تكرار أفكار "الدب الابيض" وذكرها؟ هل سيختلف التكرار فى جلسة التعبير عنه فى جلسة القمع؟ هل يصنع البدء بأى من الجلستين فرقًا؟ لقد كرر المبحوثون أفكار "الدب الأبيض" وذكروها فى جلسات التعبير أكثر مما فعلوا فى جلسات القمع. ربما لا يكون ذلك مثيرًا للدهشة. ولكن المدهش هو الصعوبة التى وجدها المبحوثون فى قمع أفكار "الدب الأبيض"، فقد كرر المبحوثون التفكير فى الدب الأبيض أكثر من مرة فى الدقيقة عندما طلب منهم أن يحاولوا ألا يفكروا فيه! وما كان مثيرًا أكثر هو تأثير البداية بقمع الفكر، فالمبحوثون فى جلسة التعبير التالية لجلسة القمع كرروا أفكار وتلفظات "الدب الأبيض" أكثر بكثير مما فعل المبحوثون فى جلسة التعبير عندما جاء ترتيبها أولاً. وكما يشير الشكل (١٠-٣) فإن ما يثير الدهشة بشكل خاص، هو تكرارات ضغط

الجرس الذى يشير إلى أفكار "الدب الأكبر" المتزايدة عبر مدة الدقائق الخمس فـــى جلسة التعبير التالية لجلسة القمع، بينما انخفضت تكرارات ضغط الجـــرس عبـــر الوقت فى كل فترات القياس الأخرى (فى جماعة الابتداء بالتعبير فى كلا المدتين، وفى جماعة القمع الابتدائى فى مدة القمع)، بعبارة أخرى أدى القمع الابتدائى إلـــى تأثير ارتداى أو اندفاعى لأفكار "الدب الأبيض" أثناء مدة التعبير التالية، وهو تأثير ظل يتزايد خلال مدة الخمس دقائق. وبالتالى لاحظ، الباحثون التأثير المتناقض لقمع الفكر الذى يؤدى إلى انشغال بالفكرة المقموعة، شيء ما ربمـــا لا يكـــون مدهـــشاً بالنسبة لكل من حاول قمع أفكاره عن الطعـــام أثنـــاء محاولتـــه لإنقـــاص وزنـــه .(Wegner, Schneider, Carter, & White, 1987)



المصدر: من "*Paradoxical Effects of the Tought Suppression", by D.M Wegner, D.J Schneider, S.R Carter, and T.L. White, 1987*, Journal of Personality and Social Psychology, 53, *p.8, Copyright 1987 by the American Psychological Association. Reprinted by perminsion.*

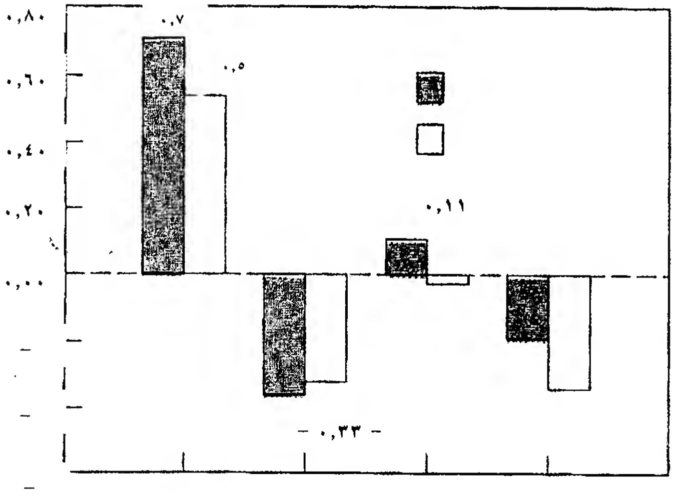
يوضح الشكل (١٠-٣) رنات الجرس بالدقيقة عبر مـــدد الـــدقائق الخمـــس. يصور هذا الرسم عدد رنات الجرس فى الدقيقة، مشيرة إلى أفكار "الدب الأبيض"، أثناء الدقائق الخمس للتعبير والدقائق الخمس للقمع بالنسبة للمجموعتين(تعبير يتبـــع قمعًا، وقمع يتبع تعبيرًا). لم تتزايد أفكار "الدب الأبيض" إلا أثناء مدة التعبير التـــى تلت القمع، مما يدعو لافتراض تأثير اندفاعى أو ارتدادى بـــسبب تـــأثير الجهـــود المبكرة للقمع.

هذا بالنسبة لفكرة "دب أبيض" ولكن ماذا عن الأفكار الأكثر إثارة للاهتمـــام، الأفكار التى تصاحبها مشاعر؟ الأفكار المثيرة؟ فى تجربة متابعة لعملـــه الـــسابق، طلب وجنر (Wegner, Shortt, Blake, & Page, 1990) من مبحوثيه التفكير بصوت مرتفع تبعًا لتعليمات أعطيت لهم للتفكير أو عدم التفكيـــر فـــى المواضـــيع التالية: الجنس، والرقص وأم المبحوث (أمى)، وعميد الكلية بالنسبة للطلبة (العميد). ومرة أخرى طلب من المبحوثين تقرير أى شىء يطرأ على فكرهم أثناء حـــديثهم المسجل. وفى مدة قمع الفكرة، كان يطلب من المبحوثين تقرير متى جاءت الفكـــرة إلى الذهن. فمثلاً، بالنسبة لقمع الأفكار الجنسية طلب من المبحوثين الآتـــى: "لـــو سمحت استمر، لكن الآن لا تفكر فى الجنس، وإذا جاءت الفكرة إلى ذهنك، اذكرها من فضلك". وذلك بعكس مدة التعبير حين كان يطلب من المبحـــوثين الآتـــى "لـــو سمحت استمر، لكن فكر فى الجنس، وإذا جاءت الفكرة إلى عقلك، اذكرهـــا مـــن فضلك". وبالإضافة إلى رصد الأفكار المتعالقة، كان هناك قياس مستمر لمستويات توصيل الجلد كمقياس للاستثارة. وباختصار فقد قارنت هـــذه الدراســـة تـــأثيرات الجهود المبذولة لقمع الفكرة المثيرة (الجنس مثلا) بالجهود المبذولة لقمع أفكار أكثر حيادية (الرقص، والأم، والعميد) وتضمنت مقياسًا فزيولوجيًا للاستثارة بالإضـــاف لتسجيل تكرارات الأفكار.

كيف يمكن أن تبدو النتائج؟ هل ستختلف تكرارات الأفكار أثناء مدة القمع بين

المواضيع الأربعة؟ بعبارة أخرى، هل لتعليمات القمع تأثير مختلف في الأفكار المثيرة عن الأفكار المحايدة؟ وماذا عن قياس الاستثارة؟ هل ستختلف مستويات الاستثارة عبر المواضيع الأربعة؟ بعبارة أخرى هل سيكون لتعليمات القمع أثرًا فارقًا على الأفكار المثيرة كمقابل للأفكار المحايدة؟ **أولاً**، بالنسبة لمقياس تكرار الفكرة، مرة أخرى وجد أن الأفكار حول الموضوع تكون أكثر تكرارًا أثناء التعبير منها خلال القمع، ولكن حتى أثناء القمع لم تختف الأفكار، بل والأكثر إثارة للدهشة، أن نمط النتائج بالنسبة لأفكار الجنس لم يختلف عن مثيله في الأفكار المحايدة، بمعنى أنه لم يعط قياس تكرار الفكرة أى مؤشر على أن الأفكار الجنسية كانت أكثر صعوبة فى التعبير أو القمع من الأفكار الأقل إثارة، فى حين أن النمط المختلف بشكل مدهش لوحظ فى العلاقة بقياس الاستثارة عن طريق مستوى توصيل الجلد؛ فكما هو واضح فى شكل (١٠-٤) كانت هناك زيادة كبيرة فى الاستثارة (انحراف مستوى توصيل الجلد عن خط الأساس) عندما كانت الفكرة هى الجنس، أكثر من أى فكرة أخرى. بل إن الاستثارت كانت أعلى أيضًا أثناء مدة قمع الأفكار الخاصة بالجنس، مما كانت أثناء مدة التعبير، على الرغم من أن هذه الفروق لا تتمتع بالدلالة الإحصائية (Wegner et al., 1990).

مستوى توصيل الجلد
(الانحراف عن خط



" شكل رقم (١٠-٤) انحراف مستوى توصيل الجلد عن خط الأسـاس (مقيسًا بالـ μmhos) أثناء القمع أو التعبير عن أفكار أربعة. ويوضح هذا الشكل زيـادة الاستثارة (انحراف مستوى توصيل الجلد عن خط الأساس) أثناء مدة القمع أو التعبير عن الأفكار الجنسية، بعكس القمع أو التعبير عن الأفكار الأخرى. المصدر من:

"The Suppression of Exciting Thoughts" by D. M. Wegner, G. W. Shortt, A. W. Blake, and M. S. Page, 1990, Journal of Personality and Social Psychology, 58, *p. 412 Copyright 1990 by the American Psychological Association. Reprinted by permission.*

يستنتج وجنر Wegner من هذا ومن دراسات أخرى (Wegner, 1992, 1994) أن قمع فكرة مثيرة – مثل فكرة الجنس– يمكن أن يحفز الاستثارة

واقتحامات لاحقة للفكرة المثيرة. حقًا يمكن أن تكون فكرة مثيرة أكثر استثارة بعد القمع منها أثناء التعبير الحر. والأفراد ليسوا عاجزين فحسب عن السيطرة على أفكارهم، ولكنهم عاجزون أيضًا عن السيطرة على انفعالاتهم. وفيما يلى وصف لتضمينات هذه النتائج:

من هذا المنظور، يمكن أن يكون قمع الأفكار المثيرة مسئولاً عن استمرارية أو بقاء الاستجابات الانفعالية غير المرغوبة.. حيث يحاول الشخص قمع الفكرة المثيرة ويقدم بذلك درجة جديدة من الاستثارة. ومع انفعال مشحون حديثًا، يزداد تنشيط الدافع لمزيد من القمع، وتدور العملية لتنتج استجابة انفعاليه أكثر قوة.. بعبارة أخرى، ربما يكون قمع الفكر شرطًا ضروريًا لتكوين الخواف والفزع[١]، والقلق غير المناسب. ولسوء الحظ، فإن ما يحسبه الأشخاص دواء إذا به مصدر الداء. ويمكن الوصول إلى استنتاج مشابه فيما يتصل باستمرار استجابات انفعالية إيجابية كأنواع الافتتان[٢] أو الإدمانات[٣] أو الوساوس[٤] (Wegner et al., 1990, p 417).

ومن المهم أن نلاحظ أن وجنر يميز بين مفهوم القمع[٥] والمفهوم الفرويدى للكبت[٦]؛ فبينما يعنى مفهوم القمع لدى وجنر الإزاحة الشعورية القصدية للفكرة من الانتباه، يتضمن مفهوم فرويد للكبت الإزاحة اللاشعورية وغير القصدية للفكرة من الانتباه والذاكرة: "القمع معركة علنية فى الشارع، تدور رحاها فى مقدمة الذهن، وليست مجرد مشاكسات عشوائية قليلة مخفية بعمق فى تلافيفه الضيقة" (Wegner, 1992, p.195)، وفى حين تشدد النظرية الفرويدية على الأوجه الدفاعية لعملية الكبت، يشير ويجنر إلى أن تأثيرات الجهود المبذولة فى عملية قمع الفكر هى نواتج

---

(١) Panic
(٢) Infatuation
(٣) Addictions
(٤) Obsessions
(٥) Supression
(٦) Repression

عمليات معرفيه عادية. وحسب ما يطلق عليه وجنر *نظرية عملية السخونة*[١] يفترض وجنر (Wegner, 1994) أنه فى ظل ظروف ضغط الزمن أو المشقة؛ تنتج الجهود المبذولة للسيطرة العقلية تأثيرات مقابِلة غير مقصودة، تكون على النقيض تمامًا من التأثيرات المطلوبة.

دراسة بينيباكر Pennebaker عن آثار كف الانفعال[٢] والإفصاح عنه:

هل يمكن أن يؤثر قمع الانفعال والأفكار على الجسم؟ وبشكل عكسي: هل يمكن أن يكون للإفصاح عن الأفكار والتعبير عن المشاعر آثار علاجية؟ نلتفت هنا لعمل جيمس بينيباكر James Pennebakers البحثي (Booth, Pennebaker, 2000, Pennebakers, Graybeal, 2001) ففي دراسة استهلالية وجد بينيباكر أن المبحوثين الذين حاولوا الخداع أظهروا علامات توتر فى سلوكياتهم الظاهرة (كالتغيرات فى حركات العين والتعبير الوجهي) وفى مستوى الاستثارة الفسيولوجية. وما تم افتراضه هو أن الكف طويل المدى ربما يكون أحد عوامل الأمراض النفسجسمية (Pennebaker, Chew, 1985). ويتلاءم هذا الافتراض مع النموذج العام للاضطرابات النفسجسمانية الذى أشرنا إليه آنفًا، ذلك أن كفّ الأفكار والمشاعر أو كبحها يرتبط بالمشقة واحتمال المرض.

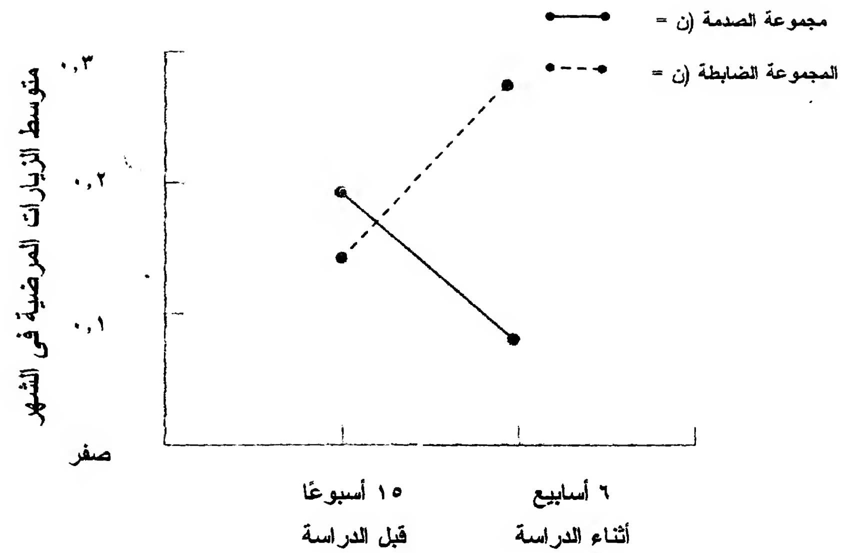
بعد ذلك قام بينيباكر بفحص إذا كان العكس يمكن أن يحدث، أى إذا كان التعبير عن الأفكار والمشاعر المصاحب للمشقة يمكن أن يقلل من الآثار السلبية للكف؛ فكان فرضه أن مواجهة الخبرات المزعجة من خلال الكتابة أو الحديث يمكن أن يخفض من الآثار السلبية للكف. ففى بحثه طلب من طلاب أسوياء فى مرحلة ما قبل التخرج كتابة خبرات صدمية[٣] أو مواضيع سطحية لمدة ٤ أيام (Pennebaker, Kiecolt-Glaser & Glaser, 1988)، فهل للكتابة عن

---

(١) Ironic Process Theory
(٢) Emotion Inhibition
(٣) Traumatic Experiences

الخبرات المؤلمة أية آثارعلاجية؟ ولكى يحدد ما إذا كانت الكتابة عن موضـــوع أو آخر لها تأثير فارق على الصحة؛ قام بينباكر بتسجيل عدد مرات زيارات المراكز الصحية لمدة ١٥ أسبوعًا قبل إجراء الدراسة، وخلال الستة أسابيع التالية لأربعــة الأيام الخاصة بالكتابة. بالإضافة إلى ذلك قام بقياس وظـــائف الجهـــاز المنـــاعى، ومستويات ضغط الدم والشعور الذاتى بالكرب. ومن الصعب افتراض أن مجـــرد الكتابة عن خبرات صدمية مؤلمة لمدة أربعة أيام يمكن أن يكون له تـــأثير عميـــق على الصحة؛ ومع ذلك فهذا ما وجده بالفعل فكما هو واضح فى شكل [١٠ - ٥]، فإنَّ المبحوثين اللذين كتبوا عن خبراتهم الصدمية أظهروا انخفاضًا فى عدد مرات زيارة المركز الصحى أثناء الدراسة، بينما أظهرت المجموعة الضابطة زيادة فـــى عدد مرات الزيارة. بالإضافة لذلك فلقد ظهرت آثار فارقة مشابهة لما ســـبق فـــى اتجاه حصول المجموعة التى كتبت عن الخبرات الصدمية، على درجات سوية فى قياسات وظائف الجهاز المناعى ومستوى ضغط الدم والشعور الـــذاتى بـــالكرب. وانقسم المبحوثون الذين كتبوا عن الصدمات إلى مجموعتين. إحداهما كتب أفرادها عن مواضيع لم يناقشوها من قبل (مرتفعو الإفصاح)، والأخرى لم تكتب عن مثـــل هذه المواضيع (منخفضو الإفصاح)؛ فكانت التحسنات الصحية الأكبر من نـــصيب مرتفعى الإفصاح، أى الذين كتبوا عن مواضيع أمسكوا عن إخبار الآخرين عنهـــا من قبل (Pennebaker et al, 1988).

شكل [١٠-٥] متوسط زيارات مركز الصحة قبل إجراء التجربة وأثنائهـــا. (لاحـــظ أن الانحراف المعيارى للزيارات بالشهر يتراوح من ٠,١٢ إلى ٠,٤٠ بمتوسط ٠,٢٦ عبـــر المتابعات الأربع) وتوضح البيانات أن الطلاب الـــذين كتبـــوا عـــن خبـــرتهم الـــصدمية (مجموعة الصدمة) أظهروا انخفاضًا فى زيارات مركز الصحة، بينما أظهر الطلاب الذين كتبوا عن خبرات سطحية (المجموعة الضابطة) زيادة فى زيارات مركز الـــصحة (مـــن المحتمل أن الزيادة الأخيرة تعكس معدلات مرض موسمية عادية أثناء مدة الدراسة.)



المصدر من:

"Disclosure of Traumas and Immune Function Health Implications for Psychotherapy," by J.W Pennebaker, J. K. Kiecolt-Glaser, and R. Glaser, 1988, Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56, *p.243. Copyright 1988 by the American Psychological Association. Reprinted by permission.*

واستخلص بينباكر من هذا البحث أن للانفتاح للآخرين والثقة فيهم قوة علاجية (Pennebaker, 1990). واستمر بينيباكر فى دراسة تأثير الإفصاح فى مواقف أزمات الحياة الفعلية، مثل زلزال سان فرانسيسكو (١٩٨٩) وحرب الخليج

(١٩٩١). وما فعله هو تتبع مسار أفكار الأفراد ومناقشاتهم وأحلامهم أثناء الأسابيع التالية لكل أزمة. فبعد زلزال سان فرانسيسكو قام بينيباكر بمقابلة أفراد يقيمون فى كل من كاليفورنيا وتكساس، وتم الاتصال بالأفراد عشوائيًا ومكالمتهم لمدة عشر دقائق، بعد أسبوع، أو أسبوعين، أو ثلاثة، أو ستة، أو ثمانية، أو ستة عشر، أو ثمانية وعشرين، أو خمسين أسبوعًا من الزلزال. وسئل المبحوثون عن عدد المرات التى تحدثوا فيها عن الزلزال أو فكروا فيه أثناء الـ ٢٤ ساعة السابقة، وسئل المبحوثون أيضًا عن حالتهم المزاجية وعلاقاتهم الشخصية. وأوضحت البيانات أن المقيمين بمنطقة خليج سان فرانسيسكو تحدثوا عن الزلزال وفكروا فيه بدرجة كبيرة خلال الأسبوعين التاليين للحدث. فى حين انخفضت المناقشات كثيرًا أثناء الأسابيع الخمسة التالية، مع أن كثيرين قد استمروا فى التفكير فى الحدث. وبعبارة أخرى، بالنسبة لكثيرين منهم، كان هناك انتقال من الحديث والتفكير فى الزلزال إلى التفكير فيه فقط. وأثناء هذه المدة، بعد الزلزال بحوالى من ٣ – ٨ أسابيع سجل المبحوثون زيادة فى الحالات المزاجية السلبية بالإضافة إلى المناقشات السلبية مع أفراد الأسرة وزملاء العمل. كذلك سجلوا زيادة فى الأحلام المتعلقة بالزلزال. لم تحدث هذه الزيادة لدى المستجيبين من المدن الأخرى، هؤلاء الذين لم يتأثروا بصورة مباشرة بالزلزال. وبالإضافة إلى ذلك زادت معدلات التهجم، والاعتداء، فى منطقة خليج سان فرانسيسكو فى هذه المدة. إلا أن علامات الكرب الزائدة اختفت بعد ثمانية أسابيع تقريبًا من الكارثة.

وحدثت نتائج موازية فيما يتعلق بحرب الخليج. وفى هذه الحالة أجريت مكالمات عشوائية مع المقيمين فى دالاس كل أسبوع من أسابيع الحرب، ولمدة ستة أسابيع تلت نهايتها. وبالإضافة إلى ذلك تم أخذ عينة من طلاب الكليات، ومن المستجيبين لاستبيان قدّمته لهم إحدى الصحف أثناء تلك المدة. مرة أخرى ذكر المبحوثون أنهم يتكلمون عن الحرب ويفكرون فيها خلال الأسبوعين الأولين منها، بينما حدث انخفاض كبير بعد ذلك فى أحاديثهم بالمقارنة بأفكارهم عنها، وحدث هذا

مع العينات الثلاث. وبالإضافة لذلك، ومرة أخرى، وفيما بين الأسبوع الثالث والثامن، حدثت زيادة فى التقارير الخاصة بحدوث أعراض جسمانية، وفى القلق، والمناقشات، والأحلام وثيقة الصلة بالحرب.(Pennebaker, 1993).

فما الذى يمكن أن يستخلصه المرء من هذه النتائج؟ اقترح بينيباكر (1993) نموذجًا من ثلاث مراحل للتعايش مع الصدمة. فى المرحلة الأولى وهى مرحلة طوارئ، تدور أحاديث الأشخاص وأفكارهم حول الصدمة، حيث يمدهم هذا بمستوى من المساندة الاجتماعية. وأثناء المرحلة الثانية، مرحلة الكف، تستمر الأفكار تدور حول الصدمة بينما تقل الأحاديث المتصلة. ويرجع ذلك غالبًا إلى عدم رغبة الآخرين فى الاستمرار فى الحديث عن الصدمة. ويفترض بينيباكر أنه أثناء تلك المدة تتشكل مؤامرة صمت. ولذلك فبعد حوالى أربعة أسابيع من زلزال منطقة خليج سان فرانسيسكو ظهرت ملابس مكتوب عليها " شكرًا لعدم مشاركتك بخبرتك مع الزلزال" (Thank you for not sharing your earthquake Experience) ويسبب هذه القيود الاجتماعية ربما اضطر الأفراد لكف مشاعرهم، مع نتائج عكسية على صحتهم وحسن حالهم. أخيرًا، فى المرحلة الثالثة، التى تسمى مرحلة التكيف، تتضاءل الأفكار والأحاديث وتنخفض المشقة، ومن المفترض أن الوقت المستغرق فى كل مرحلة يختلف طبقًا للحدث والصدمة التى يأتى بها.

أن محصلة وجوهر بحث بينيباكر عن الإفصاح يبدوان واضحين: "عندما يطلب من الأفراد أن يكتبوا أو يتحدثوا عن الخبرات الشخصية المزعجة؛ تنتج تحسنات دالة فى الصحة الجسمية" (Booth & Pennebaker, 2000, p. 567).

وتعد هذه النتائج مثيرة نظرًا لتحققها عبر مدى متنوع من العينات، وفى ظل ظروف مختلفة، وباستخدام مقاييس مختلفة (تقارير ذاتية وزيارات الأطباء، مؤشرات فسيولوجية ونفسية) (Pennebaker, 1997). وفى الوقت نفسه تعد بعض هذه النتائج مربكة؛ فمثلاً كانت للكتابة عن صدمة متخيلة آثار مفيدة أيضًا (Greenberg, Wortman, & Stone, 1996)، وبالإضافة لذ[illegible] الأفراد الذى

يكتبون فقط عن الأوجه الإيجابية لخبراتهم الصدمية، يظهرون الفوائد الصحية نفسها، مثلهم مثل هؤلاء الذين يكتبون عن الصدمة ذاتها (King & Miner, 2000). وكما بيّنا فى الفصل الأول؛ فإن الكتابة عن أهداف الحياهة أيضًا ترتبط بمكاسب صحية (King , 2001).

إذن؛ ما الذى يحدث؟ يستبعد بينيباكر الأثر التفريغى أو التنفيثى[1]، مجرد "تنفس الصعداء"، والسبب فى ذلك أن مجرد الكتابة عن الخبرة الانفعالية للصدمة دون وصف الصدمة نفسها لا تؤدى إلى الفائدة الكاملة للإفصاح. كما أن هؤلاء الذين سجلوا فائدة تنفيثية لم يجنوا أكبر الفوائد الصحية (Pennebaker & Graybeal, 2001). بيد أن تحليل مضامين الكتابات يفترض أن أكبر الفوائد المستمدة تصاحب معدلاً مرتفعًا من الكلمات الانفعالية الإيجابية، ومعدلاً متوسطًا من الكلمات الانفعالية السلبية. ورغم أن الطبيعة الفعلية لعمليات الإفادة من الإفصاح تظل غير محددة حتى الآن؛ فإن التفكير الحالى يتضمن أن الإفصاح ربما يعمل على تيسير التنظيم المعرفى وتكامل الخبرات الصدمية، بمعنى أن بناء قصة متسقة ربما يكون المفتاح الرئيسى للآثار المفيدة للإفصاح. وبالإضافة إلى ذلك ربما يكون هناك شعور بالسيطرة والفرصة لمعايشة انفعالات أكثر إيجابية.

---

(١) Catharsis Effect

أضواء على باحث

جيمس و. بينيباكر James W. Pennebaker

القوى العلاجية للثقة فى الآخرين

كيف بدأتُ فى دراسة الإفصاح والصحة؟ أفترض أننى استرشدت بعدد من المشاهدات تبدو غير مرتبطة ببعضها بينما كانت مرتبطة حدسيًا. واتذكر فى الطفولة أن المعالجين بقوة الإيمان الدينية كانوا يفتنوننى أمام التليفزيون. لقد كانت الطقوس، والصلوات، والمعتقدات المتقدة للمعالِج والمعالَج تعمل معا لإحداث تحسنات صحية سحرية. وبعد أن التحقت بالجامعة لاحظت أنه حينما كانت تشتد صراعات مع والدىَّ (إذ كنت من الهيبى، بينما لم يكونا) كنت عادة أمرض عندما أعود إلى المنزل للزيارة. وبعد ذلك اكتشفت إلى أى حد يمكن أن تحسن الكتابة عن مشاعرى من حالتى المزاجية ومن شعورى أيضًا. وكعضو شاب بالكلية، كشفت بعض المقابلات التى أجريتها مع القائمين على أجهزة كشف الكذب مكتب المباحث الفيدرالية أنه بعد أن يعترف الناس بجرائمهم يسترخون فسيولوجيا.

وفى الوقت الذى كنت أفكر فى هذه الظواهر، شاعت مقولة: إن عدم الحديث عن مشاكلك شىء سيئ؛ بينما مواجهتها شىء جيد. عرف هذا العديد من الكتاب المشهورين والفلاسفة وعلماء النفس، طويلا من قبل أن أعرفه، وفى الحقيقة أنا أظن أن جدتى قد أخبرتنى بهذا عندما كنت طفلا. لذا فما الجديد؟

فى معظم الثقافات البدائية يعرف الأشخاص أن هناك ارتباطًا حميمًا بين الصحة الجسمية والعقلية. أما فى ثقافتنا، فى القرن الماضى، فقد تبنينا دون عقل نموذجا طبيًا مختزلاً للصحة: لكل الأمراض الجسمية سبب مادى، ولذلك تستفيد من العلاجات الجسمية. والآن نعلن عن دهشتنا عند معرفة أن الانفعالات وعوامل الكرب تؤثر بطريقة مباشرة أو غير مباشرة فى كل نظام فى أجسامنا. فالحقيقة التى مؤداها أن الإفصاح يؤثر فى الصحة الجسمية تبعث الدهشة فقط إذا اعتقدنا أن العقل والجسم كيانين مستقلين. يساعدنا وضع خبراتنا الصدمية أو الانفعالية فى كلمات -كما نرى فى الكتابة، أو الدعاء، أو فى العلاج النفسى، أو الحديث مع الأصدقاء، أو الاعتراف للشرطة- يساعدنا على تنظيم أفكارنا ومشاعرنا، ومن ثم على تخفيض الجيشان الحيوى الناتج عن المشقة.

تهمنى بشكل خاص بعض الاتجاهات المستقبلية المتصلة بالإفصاح وعالم الصحة. أى نوع من الأفراد يكشفون مشاعرهم تلقائيًا وأيهم طبيعتهم أن يتكتموا؟ تشير البحوث الحديثة عن الوراثة وعن خجل الطفولة إلى بعض المحددات القوية. وتوحى دراسات أخرى أن الأفراد يكونون فى أخطر وضع فيما يخص المشكلات الصحية عندما يكونون منفتحين طبيعيًا ولكنهم يعاقَبون إذا ما تلفظوا بمشاعرهم الحقيقية.

يوجد على الأقل مَنجما ذهبٍ آخرين أمام الباحثين القادمين فى علم الشخصية، وهما: أولاً، نحتاج إلى فهم أفضل للغة فى التفاعلات الإنسانية الطبيعية؛ فماذا فى وضع الخبرات الانفعالية فى صورة كلمات يجعلها تؤثر فى كل من الخبرات وفى الانفعالات نفسها. ثانيًا، يجب أن نكشف عن دور الثقافة فى تعريف وتفسير الشخصية والسلوكيات إلى أبعد درجة. هل تتمتع بعض الشخصيات، سواء جسميًا أو ذهنيًا، بصحة أفضل فى مجتمعات دون غيرها؟ وعندما يصل باحثو الشخصية لذلك فى المستقبل؛ ربما يستطيعون تقرير متى، ولماذا، ولمن يصلح العلاج بقوة الإيمان.

ملخص:

بوجه عام، اتحدت خطوط متنوعة للبحث، منبثقة من رؤى نظرية متنوعة لتشير إلى أن الكف الانفعالى سواء كان شعوريًا (أى القمع) أو لاشعوريًا (كالكبت) يمكن أن تترتب عليه عواقب صحية سلبية. ويبدو أن جهود التعايش النشط، واستخدام المساندة الاجتماعية، والمستويات المعقولة من التنظيم الانفعالى كل ذلك مفيد وإيجابى بصفة عامة بالنسبة لصحة الفرد. كما يبدو، من ناحية أخرى، أن الجهود التى تهدف لقمع أو كف أو إنكار الانفعالات تترك الفرد فى صراع ودوامة داخليين تبدو لهما نتائج سلبية على الصحة.

خاتمة:

نغلق الآن دائرة مناقشاتنا للانفعال والتكيف والصحة، حيث أعيد موضوع الانفعال إلى موقع مركزى بوصفه مجالاً مهمًا، سواء بالنسبة لفهم الانفعالات ذاتها، أو بالنسبة لمتضمناته الخاصة بالأفكار والدافعية والصحة. كما تم إدراك أهمية الجهود التى يبذلها الأفراد للتعايش مع المصادر الداخلية والخارجية للمشقة. وأخيرًا عرضنا لمتضمنات الوجدان والتعايش بالنسبة لحسن الحال النفسية والجسمانية.

وفى كل من هذه المجالات رصدنا دراسة العمليات التى تشمل الأفراد جميعًا، كما تشمل تأكيد أهمية الفروق الفردية. إضافة لذلك رأينا دليل تأثير الموقف أو السياق، بالإضافة إلى أهمية الأساليب الفردية أو الاستعدادات النزوعية. لذلك رغم أنه يرجح المرور بانفعالات فى مواقف معينة، فإن الأفراد يتباينون فى احتمال مرورهم بأى منها. وبالمثل رغم أنه يرجح استخدام آليات تعايش معينة فى مواقف دون أخرى، فإن الأفراد يتباينون فى استخدامهم لبعض هذه الآليات دون غيرها. وأخيرا رغم أن هناك دلائل على وجود مراحل لعملية التكيف مع الصدمة؛ فإن الأفراد يختلفون فى شدة وطول هذه المراحل، بالإضافة لاختلافهم فيما يتصل بمترتباتها على الصحة الجسمية والنفسية. وأظهرت مجالات الانفعال، والتكيف،

والصحة كونها مجالات جديرة بالبحث من وجهة نظر علم الشخصية. بل إنه ربما يكون أهم من ذلك لعلماء الشخصية تلك الفرصة التى يقدمها مثل هذا البحث لمشاهدة الأداء الوظيفى للشخص ككل. بعبارة أخرى، بالإضافة إلى أهمية الفروق الفردية فى كل من هذه المجالات، فإنه من المهم جدًا النظر للطرق التى تترابط بها هذه الأجزاء مع بعضها البعض كجزء من الأداء الوظيفى الكلى لنسق الشخصية.

المفاهيم الأساسية

نظرية الانفعالات الأساسية Basic Emotions Theory: وجهة نظر مفادهـــا أن هناك انفعالات عامة وكلية أساسية، تمثل جزءًا من نشأتنا التطورية.

نظرية الانفعالات الفارقة Differential Emotions Theory: نظريـــة إيـــزارد Izard التى تفترض أن ثمة انفعالات عامة، هى انفعالات أساسية، جوهرية أو أولية.

تنظيم الانفعال Emotion Regulation: الطرق التى يتدخل بهـــا الأفـــراد فـــى انفعالاتهم عندما يمرون بها، كيف يَخبرونها، ويعبرون عنها.

الذكاء الانفعالى Emotional Intelligence: القـــدرة علـــى إدراك الانفعـــالات وفهمها وإدارتها بما يحفز النمو وإنجاز الأهداف.

التقدير الأولى Primary Appraisal: مفهوم لازاروس Lazarus عن المرحلـــة الأولى من التقويم التى يحدد فيها الشخص إذا كان هناك تهديد أو خطر.

التقدير الثانوى Secondary Appraisal: هو مفهوم لازاروس عـــن المرحلـــة الثانية من التقويم حيث يحدد الشخص ما يمكن عمله للتغلب على الضرر ومنع الأذى أو تحسين التوقعات لتحقيق.

التفاؤل: Optimism: توقعات إيجابية عن المستقبل، ويستخدم كـــل مـــن شـــايير وكارفر مفهوم النزوع التفاؤلى للإشارة إلى خصلة لدى الفرد تجعله يمارس التوقـــع الإيجابى معممًا إياه.

الوجدانية السلبية: Negative Affectivity (NA): نـــزوع لمعايـــشة الحـــالات الانفعالية المنفّرة مثل القلق، والاكتئاب، والتوجه السلبى نحو الذات، ويركـــز علـــى الجانب السلبى من الذات والعالم.

القمع Suppression: جهد شعورى، قصدى لإزاحة الأفكـــار أو المـــشاعر مـــن الوعى.

ملخص الفصل:

١. تؤكد نظرية التحليل النفسى على الوجدانات، إلا أنه يُنظر إليها بوصفها ثانوية بالنسبة للحوافز أو الغرائز. وأكد روجرز على الجوانب الظاهرة من الخبرة، ولكنه لم يقم بتطوير نظرية فارقة عن الوجدان. وأولى منظّرو السمات اهتمامًا بالأبعاد العريضة للمزاج وللحالات المزاجية أكبر من اهتمامهم بوجدانات نوعية محددة. ويتزايد اهتمام أصحاب النظريات المعرفية الاجتماعية بالوجدان، ولكن مدى الوجدانات الذى ينظرون إليه محدود. ومن ثم فإنه، فى نطاق النظرية التقليدية للشخصية، كان ثمة اهتمام محدود بما هو أكثر من القلق والاكتئاب؛ فلم يتم أبدًا التركيز على الوجدان كعنصر تنظيمى رئيسى لوظائف الشخصية.

٢. تفترض نظرية الانفعالات الأساسية (تومكينز Tompkins وإيكمان Ekman) ونظرية الانفعالات الفارقة (إزارد Izard) أن هناك انفعالات أولية أساسية، وهى عمومية أو كلية، وينظر لهذه الانفعالات بوصفها مهمة بالنسبة للدافعية والمعرفة والفعل، كما أنها تلعب دورًا محوريًا فى تنظيم الأداء الوظيفى للشخصية.

٣. إلى جانب مسألة أى الانفعالات هى السائدة عند كل فرد؛ فإن جانبًا مهمًا من الشخصية يتضمن القدرة على تنظيم الانفعالات (أى متى يعايش الانفعال، وشدة الانفعالات التى يخبرها، وكيف يعبر عنها) ويركز مفهوم الذكاء الانفعالى على قدرة الأفراد على إظهار مهاراتهم فى تنظيم الانفعال.

٤. يتم حاليًا تحقيق مكاسب تتصل بفهمنا لبيولوجية الانفعال. ويبدو أن كثيرًا من مناطق المخ من الأنساق الفسيولوجية تشترك فى الخبرة الانفعالية. ففى مجال العلم العصبى الوجدانى يوجد اهتمام خاص بالدور الذى يلعبه الجسيم اللوزى بالإضافة للحاء الأمامى الأيمن والأيسر.

٥. وعلى عكس منظّرى الانفعالات الأساسية، الذين يميلون إلى التركيز على عمومية الانفعال، يفترض علماء الأنثروبولوجيا الثقافية والمتخصصون فى علم

النفس الثقافى، أن الخبرات الانفعالية جزء لا يتجزأ من المعانى الثقافيـــة، ولا يمكن فهمها إلا فى سياق كل ثقافة محددة.

٦. حاول لازاروس Lazarus أن يربط العمل فى مجال الانفعال بمجالى الـــدوافع والتوافق، وارتكز عمله على عمليات التقويم وعمليـــات التعـــايش وعلاقتهمـــا بالمشقة النفسية، وبصفة خاصة الفصل بين التعايش المتمركز حـــول المـــشكلة والتعايش المتمركز حول الانفعال.

٧. يفترض البحث وجود علاقة بين الانفعال، وآليات التعايش والصحة (كوظـــائف الجهاز المناعى على سبيل المثال) فمثلاً؛ هناك دلائل على وجود علاقـــة بـــين التفاؤل والصحة بالإضافة إلى علاقة أكثر عموميـــة بـــين المـــزاج الإيجـــابى والصحة.

٨. أثبت بحث ويجنر Wegner أن الجهود التى تهدف إلى قمع الفكرة تؤدى إلـــى نتائج غير مقصودة وعكسية، تكون على النقيض تمامًا من النتـــائج المرغوبـــة (جهود قمع الفكرة تؤدى إلى الوعى المتزايد والقابلية لاستثارة الأفكـــار غيـــر المرغوبة).

٩. يشير بحث بينيباكر أن كف الأفكار والمشاعر التالية للخبـــرات الـــصادمة أو الإفصاح عنها يؤدى إلى نتائج سلبية للأول (الكف) ونتـــائج صـــحية للثـــانى (التعبير والإفصاح).

الفصل الحادى عشر*

الأداء الوظيفى غير التكيفى للشخصية وعمليات التغير

---

* ترجمة د. محمد الرخاوى

نظرة عامة على الفصل:

هل من الممكن أن تساعدنا نظرية الشخصية وبحوثها فى فهم صعوبات الأفراد النفسية وكيف نساعدهم على تجاوز هذه الصعوبات؟ يبدو أن هذه مهمة مناسبة لعلم نفس الشخصية. نتناول فى هذا الفصل ثلاثة مناحى متعلقة بالأداء غير التكيفى للشخصية[1] والتغير العلاجى[2]- منحى السمة، ومنحى التحليل النفسى والمنحى المعرفى، حيث نركز على كيف يصف كل منحى الصعوبات النفسية ويفسرها ويقدم وصفات لعلاجها، مع اهتمام بالسؤال عما إذا كانت الإجراءات العلاجية المصاحبة لهذه المناحى فعالة ومميزة فى تأثيراتها، أم تشترك فى عناصر علاجية عامة؟ وأخيرًا، نوجه اهتمامنا إلى الأوجه البيولوجية والثقافية للأداء غير التكيفى للشخصية وعمليات التغير.

أسئلة سيجيب هذا الفصل عنها:

١- ما طبيعة الأداء غير التكيفى للشخصية؟ وكيف تصف مختلف النظريات هذا الأداء وتفسره؟

٢- كيف يمكن إحداث تغييرات فى الأداء غير التكيفى للشخصية؟ وإلى أى مدى يقدم كل نموذج من النماذج التنظيرية الكبرى إجراءات لإحداث تغيير؟

٣- هل هناك دليل على فعالية مميزة لمختلف أشكال العلاج؟ وهل هناك دليل على أن أشكالاً محددة من العلاج تصاحبها أنواع مختلفة من التغيير؟ أو بدلاً من ذلك، هل يفترض الدليل أن مختلف أشكال العلاج تؤدى إلى عمليات متشابهة من التغيير؟ ولماذا لا يتغير الأفراد؟

٤- هل تمتد جذور الأنماط من الأداء غير التكيفى للشخصية فى البيولوجى وإلى أى حد تتنوع هذه الأنماط عبر الثقافات؟

---

(١) Maladaptive Personality Functioning

(٢) Therapeutic Change

مقدمة

تناولنا فى الفصل الأخير علاقة الشخصية بالصحة البدنية وحسن الحال النفسية. وسنمتد فى هذا الفصل بهذه المناقشة إلى علاقة نظرية الشخصية بالأداء النفسى غير التكيفى للشخصية (أى بالمرض النفسى) والتغير العلاجى. سنركز انتباهنا على المناحى الثلاثة الكبرى الحالية فى المجال –منحى السمة، ومنحى التحليل النفسى، والمنحى الاجتماعى المعرفى/ معالجة المعلومات وتعالق هذه المناحى مع فهم عمليات الأداء غير التكيفى والتغير العلاجى.

وفى تركيزنا على هذه المناحى الثلاثة، لا نستطيع تناول كل منحى فى المجال اليوم. فمثلاً لن نوجه اهتمامنا إلى العلاج المتمركز حول العميل[1] لكارل روجرز، أو إلى المناحى السلوكية المرتبطة بنظرية التنبيه–الاستجابة[2] ونظرية التعلم لسكنر Skinner. ومع ذلك، فإن تناول منحى السمة والمنحى التحليلى والمنحى المعرفى يناسب مطلب فحص مختلف الطرق التى من خلالها تصاحب نظرية الشخصية الحالية نماذج الأداء غير التكيفى للشخصية والتغير العلاجى. بالإضافة إلى أننا، كما هو فى عدد من الفصول السابقة، سنتناول الأوجه البيولوجية والثقافية للأداء غير التكيفى للشخصية وعمليات التغير.

الوصف[3] والتفسير[4] ووصفة العلاج[5]

دخل جيرالد (Gerald) مكتبى والكرب الشديد باد عليه بوضوح. حيث بدأ أولى جلساته العلاجية بعبارة أن الحياة تكاد تكون انتهت بالنسبة له– وفى سن الثالثة والعشرين. ارتعشت يداه وبدأ فى النشيج، فى الوقت الذى كان يصف فيه

Client-Centered Therapy (١)
Stimulus-Response (S-R) (٢)
Description (٣)
Explanation (٤)
Prescription (٥)

سلسلة الأحداث التى أوصلته لهذا الحال. فمنذ شهرين انفصل عن صديقته، العلاقة الوحيدة الجادة التى أقامها مع امرأة، بالإضافة إلى أنه بعد أكثر من عام من الشك فى الذات[١] قرر أن القانون لم يكن مجاله، وانسحب من مدرسة القانون. وأخيرًا، اهتز إيمانه الدينى العميق بشكل سيئ. إلام سيئول؟ هل هناك أى أمل؟ لقد بدت إنجازاته الماضية تافهة مقارنة بإخفاقاته الحالية. كان والداه ناجحين مهنيًا، سعيدين زواجيًا، وملتزمين دينيًا، ولم يستطع هو أبدًا أن يكون شخصًا على المستوى الذى يمثلانه. فهل هناك أى ميزة للاستمرار؟

هذا وصف لشخص حقيقى أتى إلىَّ من أجل العلاج، وإن كنت قد أجريت تغييرات طفيفة فى بعض التفاصيل لحماية السرية؛ إلا أن جوهر القصة حقيقى وربما مألوف لكثير من القراء. وبجانب تعاطفنا مع صعوبات جيرالد نهتم بثلاثة أسئلة: ١) ما أفضل طريقة لوصف صعوباته وصعوبات الآخرين المعرضين للكرب النفسى؟ ٢) كيف يمكننا تعليل المشكلات أو شرحها؟ ولماذا يعانى جيرالد من هذه المشكلات ويشعر بهذا الكم الهائل من القلق والاكتئاب؟ ٣) وكيف يمكن مساعدته؟ وماذا نعرف عن الكيفية التى يتغير بها الأفراد بما يقودنا إلى وصف لإجراءات علاجية تساعده على الانسجام مع حياته، ولا يواجه مثل هذا الإعصار فى المستقبل؟ باختصار، اتفاقًا مع تعاطفنا، نحن مهتمون بمشكلات *الوصف*، *والتفسير* أو الشرح *والوصفة العلاجية*، وذلك فيما يخص الأداء النفسى المضطرب.

يُعد مفهوما الأداء الوظيفى غير التكيفى أو المرضى للشخصية، والتغير العلاجى عنصرين محوريين فى مقررات علم النفس المهتمة بالانحراف عن السواء. فلماذا، إذن، يجب أن تُغطى فى كتاب عن الشخصية؟ إن هذه المواضيع محورية بالنسبة لنظرية الشخصية، ويجب أن تكون كذلك، ذلك أن تفسير الأداء "السوى" و"المَرضى"، والأداء "التكيفى" و"غير التكيفى"، وكذلك فهم لماذا يتغير

---

(١) Self – Doubt

الأفراد ولماذا لا يتغيرون، كل ذلك يُعد جزءًا أساسيًا من نظرية شاملة في الشخصية. من الصعب تصور فهم "علمي" لأمراض البدن لا يعتمد على فهم للأداء الوظيفي لبدن سَوِيّ. بعبارة أخرى، تيسر معرفة الأداء الوظيفي السوى فهم الاضطرابات فى مثل هذا الأداء. إن فهم الأوجه السوية وغيرالسوية للأداء البدنى يسيران جنبًا إلى جنب؛ فلماذا يختلف الوضع بالنسبة للعمليات النفسية؟

الموقف أكثر تعقيدًا بالنظر للعلاج. فالرابطة بين الفهم والعلاج أقل وضوحًا؛ فمن الممكن أن يكون لدى المرء فهم لأسباب مرض ما، بينما لا يعرف له علاجًا. فبالنسبة لبعض أشكال السرطان والإيدز؛ يسبق فهمنا لارتقاء المرض معرفتنا بالإجراءات العلاجية. وعلى جانب آخر، من الممكن أن تكون لدينا إجراءات علاجية فعالة دون معرفة كيفية عملها. وغالبًا ما تكون هذه هى الحال عندما يُعرف عن دواء كونه فعالاً فى علاج أحد الأمراض، على الرغم من أن العملية التى يعمل من خلالها ليست واضحة. فمثلاً، كان من المعروف فعالية الأسبرين(١) لعلاج الألم، والمهدئات(٢) لعلاج الذهان، قبل اكتشاف أساس هذه الفاعلية أو تلك. ويمكن أن تسير العمليات النفسية بشكل مشابه إلى حد ما، وإلى هنا يمكننا فهم أوجه الأداء غير التكيفى للشخصية دون أن نكون قادرين على إحداث تغييرات فيها، وربما نكتشف عمليات تغير فعالة تعمل لأسباب غير معروفة أو لأسباب مختلفة عن تلك التى يفترضها الممارسون. وكما سنرى فى نهاية الفصل، يظل فصل المكونات الفعالة لأشكال العلاج النفسى المتنوعة مهمة صعبة، حتى عندما يتم توضيح فاعلية هذه الإجراءات نفسها.

إن نظرية مثالية فى الشخصية لتغطى كل أوجه الأداء الوظيفى للشخصية؛ إلا أن النظريات المعاصرة بعيدة جدًا عن هذه المثالية، وتميل إلى التركيز على أوجه معينة فى هذا الأداء. فلكل نظرية *مدى للملاءمة* محدد، وهو مدى من الظواهر التى

---

(١) Aspirin

(٢) Tranquilizers

تغطيها النظرية. ولكل نظرية أيضًا *بؤرة للملاءمة*، وهى تلك الظواهر المحددة التى يتركز عليها اهتمام النظرية. وعند مناقشتنا لمختلف المناحى التى تتعامل مع الأداء غير التكيفى، لابد أن يكون واضحًا أنها تختلف فى الدرجة الذى تكون عندها هـذه الظواهر جزءًا من مداها أو بؤرة ملاءمتها. فمثلاً، يُعد المرض النفسى والعلاج النفسى بؤرة اهتمام التحليل النفسى بشكل خاص، وفى المقابل؛ بدأ مؤيدو نموذج العوامل الخمسة التابع لنظرية السمة، بالكاد، فى توجيه اهتمامهم إلى مجال المرض النفسى، ولم يبدأوا بعد فى خوض مجال العلاج النفسى. وبالتالى، تقع هذه المجالات من الشخصية خارج بؤرة ملاءمة هذا المنحى النظرى.

نظرية السمة[١]

تناولنا فى الفصل الثانى وحدات السمة فى الشخصية، وأشرنا إلـى النمـاذج المبكرة، كنموذج أيزنك، وإلى النماذج اللاحقة، كنموذج العوامل الخمسة أو الخمسة الكبيرة. سنقدم هذه النماذج هنا لنوضح تعالق نظرية السمة بالأداء غيـر التكيفـى والتغير العلاجى.

نظرية السمة لأيزنك

لم يكن أيزنك مساهمًا كبيرًا فى ارتقاء منحى السمة فى نظريـة الشخـصية وحسب، بل أسس أيضًا لمجموعة واضحة من الوصلات بين النظرية مـن ناحيـة والمرض النفسى والتغير. ووفقًـا لأيزنـك (Eysenck, 1979, 1990)، يطـوّر الشخص أعراضًا عصابية بسبب العمل المشترك لنسق بيولوجى[٢]، والخبرات التى تسهم فى تعلم استجابات انفعالية قوية للتنبيهات المخيفة. ومن ثم، تميـل الغالبيـة العظمى من المرضى العصابيين إلى تسجيل درجات مرتفعة من العصابية ودرجات منخفضة من الانبساط (Eysenck, 1982, p. 25)، وفى المقابل يميل المجرمـون

---

(١) Trait Theory

(٢) Biological System

والمضادون للمجتمع[1] إلى تسجيل درجات مرتفعة على كل من الانبساط والذهانية[2]، ومثل هؤلاء يظهرون ضعفًا في تعلم المعايير المجتمعية.

وكما أشرنا سابقًا؛ نظر أيزنك لعمل النسق البيولوجي، والذي يتمتع بمكون وراثي قوي، بوصفه مفتاحًا لارتقاء الأداء المرضي. وترتبط سمة العصابية بخبرات وجدانية سلبية، بما فيها القلق، والاكتئاب والعدائية (Zuckerman, 1991). ووفقًا لأيزنك، يميل الأفراد المرتفعون على سمة العصابية إلى تكرار الشكوى من الانزعاج والقلق، وكذلك من الأوجاع الجسمية (مثل الصداع، ومغص المعدة، ونوبات الدوار). كما أشرنا أيضًا في الفصل العاشر إلى العلاقة بين الدرجات المرتفعة على العصابية وشكاوى الكرب البدني والنفسي. فمثل هؤلاء الأفراد، وبسبب تكوينهم الموروث؛ يستجيبون بشكل سريع للمشقة ويظهرون انخفاضًا أبطأ في هذه الاستجابة بعد أن يختفي الخطر، ويفعلون ذلك بشكل أعلى من الأفراد الأكثر اتزانًا (الأقل عصابية). وبالنسبة لبعد الانطواء-الانبساط، يُفترض أنه بسبب الفروق الموروثة في الأداء البيولوجي؛ يسهل استثارة الانطوائيين بالأحداث أكثر من الانبساطيين، كما أنهم يتعلمون المحظورات الاجتماعية بشكل أيسر. بالإضافة إلى ذلك يبدو تعلم الانطوائيين أكثر تأثرًا بأساليب العقاب، بينما يتأثر الانبساطيون أكثر بالمكافآت. وهناك منظّرون آخرون للسمات يؤكدون أهمية الفروق الموروثة في الأداء البيولوجي، ويؤكدون بالمثل أهمية الفروق الفردية في إمكان الخبرة الانفعالية إيجابية وسلبية بوصفها مفتاحًا لتطور الاضطرابات النفسية (Cloninger, 1986, 1987, Gray, 1987; Pickering & Gray, 1999).

وكما يمكن أن نرى، حاول أيزنك أن يربط كلاً من الفروق الفردية في التشريط أو التعلم، تلك الفروق ذات الأساس البيولوجي، مع تطور المرض النفسي.

---

(١) Antisocial

(٢) Psychoticism

وعلى الرغم من قوة الإسهام الوراثى فى ارتقاء الاضطرابات النفسية، إلا أن أيزنك يعلن أنه لا ينبغى التشاؤم فيما يتصل بإمكانية العلاج. وبوصفه ناقدًا مداومًا وصريحًا للتحليل النفسى، نظريةً وعلاجًا؛ لعب أيزنك دورًا عظيمًا فى ارتقاء منحى العلاج المعروف بالعلاج السلوكى(١)، أو تطبيق مبادئ التعلم لعلاج اضطرابات الأداء النفسى. فإذا كان السلوك العصابى يتضمن تعلم استجابات غير تكيفية، فإن علاج مثل هذه السلوكيات يتضمن محو تعلم(٢) أو خمود(٣) مثل هذه الاستجابات المكتسبة (Eysenck, 1979; Eysenck & Martin, 1987). ورغم أن أيزنك نفسه لم يسهم بمزاولته فى ارتقاء المناحى العلاجية، إلا أنه كان متحدثًا متسقًا فيما يتصل بتطبيق الإجراءات المعتمدة على التعلم فى علاج الاضطرابات النفسية.

نموذج العوامل الخمسة واضطرابات الشخصية

هناك اتفاق بازغ ومستمر فى النمو حول نموذج العوامل الخمسة، وهو يوحى أن هذا النموذج تصنيف شامل لأبعاد الشخصية، يمكنه أن يمثل إطار عمل مفهومى مفيد لفهم اضطرابات الشخصية.... يعرف علماء نفس السمة أن الفروق الفردية فى معظم الخصال تتوزع على متصل(٤)، ويبدو من المعقول افتراض أن مختلف الأشكال من المرض النفسى ترتبط بالتنوعات فى الميول الشخصية الأساسية (Costa & Widiger, 1994, pp. 1–2).

ويُعد تطبيق نموذج العوامل الخمسة بالنسبة لاضطرابات الشخصية ارتقاءً حديثًا نسبيًا (Costa & Widiger, 1994, 2002, Trull, 1992, Widiger, 1993, Widiger, Verheul, & Van den Brink, 1999). وهو فى الأساس منحى وصفى لاضطرابات الشخصية، أى أن اضطرابات الشخصية توصف فى

---

(١) Behavior Therapy
(٢) An Learning
(٣) Extinction
(٤) Continuums

ضوء الدرجات المتطرفة على العوامل الخمسة الكبرى. والسؤال هو إذا كان يمكن النظر لاضطراب الشخصية بوصفه تطرفًا للسمات السوية، فإذا كان ذلك كذلك، "فلماذا لا نقيسها بهذه الطريقة؟" (Soldz, Budman, Demby, & Merry, 1993, P. 51)، فوفقًا لمؤيدى نموذج العوامل الخمسة؛ " تُعد هذه الطريقة كافية بدرجة كبيرة إلى حد وصف الأداء الوظيفى السوى وغيرالسوى للشخصية (Widiger, 1993, p. 82).

تطبيقان توضيحيان

بما أن هذا الكتاب ليس كتابًا فى علم النفس المرضى، فإننا لن نتناول بالتفصيل مختلف الأشكال من اضطرابات الشخصية، وخصائص السمات المصاحبة لها. ومع ذلك، سنعرض لمثالين لتوضيح استخدام نموذج العوامل الخمسة الكبرى. يتضمن المثال الأول *اضطراب الشخصية القهرية*[١]. والخاصية الجوهرية لهذا الاضطراب هى القدرة المحدودة على التعبير عن انفعالات الدفء والحنان. ومن الخصال المحدِّدة الأخرى السعى للكمال[٢]؛ والتفانى المفرط فى العمل، والإنتاجية لدرجة استبعاد المتعة؛ ونقص القدرة على اتخاذ القرار الحاسم[٣]؛ والانشغال بالقواعد والتفاصيل والإجراءات، والاهتمام بقضايا السيطرة – الخضوع[٤] فى العلاقات. وبمصطلحات تحليلية؛ يتسم الأفراد القهريون بخصال الشخصية الشرجية[٥] (الفصل السادس). أما بمصطلحات نموذج العوامل الخمسة، فيسجل هؤلاء الأفراد درجات مرتفعة على يقظة الضمير ومنخفضة على الانبساط. وهناك ميل أيضًا لارتفاع الدرجة على العصابية وانخفاض الدرجة على السماحة (Soldz et al., 1993; Trull, 1992).

---

(١) Compulsive Personality Disorder
(٢) Perfectionism
(٣) Indecisiveness
(٤) Dominance-Submission
(٥) The Anal Personality

التطبيق التوضيحى الثانى هو اضطراب الشخصية النرجسية. والخاصية الجوهرية لذوى هذا الاضطراب هى الإحساس المبالغ فيه بأهمية الذات أو التفرد[١]. ومن الخصال المحدِّدة الأخرى المبالغة فى الإنجازات والمواهب؛ والانشغال بخيالات النجاح أو القوة، أو التألق، أو الجمال، وكلها لآفاق غير محدودة، مع الحاجة المستمرة لتلقى الاهتمام والإعجاب؛ والإحساس بالكفاءة[٢] ومشكلات فى التفهم لموقف الآخر[٣]؛ وفى استجابه لهزيمة أو لنقد، يعانون من الشعور بالغضب الشديد، والخزى، والمذلة[٤]. وبعبارات نموذج العوامل الخمسة، يسجل مثل هؤلاء الأفراد درجات متطرفة الانخفاض على السماحة، ودرجات مرتفعة على كل من الانبساط والانفتاح على الخبرة. وتعود درجاتهم المنخفضة على القبول بشكل أولى إلى درجاتهم المنخفضة على كل من جوانب[٥] التواضع (بما يدل على التكبر[٦] والغرور[٧])، والإيثار[٨] (بما يدل على التمركز حول الذات[٩]، والأنانية، والاستغلال) والتعاطف المحب (بما يدل على انخفاض التفهم لموقف الآخر) (Corbett, 1994) (انظر: جدول [٢-٢] لوصف كامل للأوجه). وهم ليسوا بالضرورة مرتفعين على العصابية إلا بالنسبة لوجه أو مكون القابلية للانجراح[١٠] (Soldz et al., 1993; Trull, 1992; Widiger, 1993).

باختصار، ما يُفترض هو أن نموذج العوامل الخمسة طريقة مفيدة لتصوير اضطرابات الشخصية والتمييز بينها. فكل من العوامل الخمسة يُعد مهمًا فى واحد

---

(١) Uniqueness
(٢) Entitlement
(٣) Empathy
(٤) Humiliation
(٥) Facets
(٦) Arrogance
(٧) Conceit
(٨) Altruism
(٩) Self-Centeredness
(١٠) Tender Mindedness

أو أكثر من اضطرابات الشخصية، كما وجد أن كل تشخيص مرتبط بدرجات متطرفة على واحد أو أكثر من الأبعاد الخمسة. والفرق بين الأداء الوظيفى المضطرب والسوى للشخصية، هو أن سمات الشخص ذى اضطراب الشخصية متطرفة ومتصلبة، أى أن خلل الشخصية يتسم بتعبيرات متطرفة وغير مرنة عن التفكير والسلوك والمشاعر، مما كان سيبدو سويًا لولا التطرف والتصلب (Clark, Vorhies & McEwen, 1994).

تطبيقات تتصل بالسلوك النفسى الاجتماعى المضطرب بين النحن والآخرين[1]

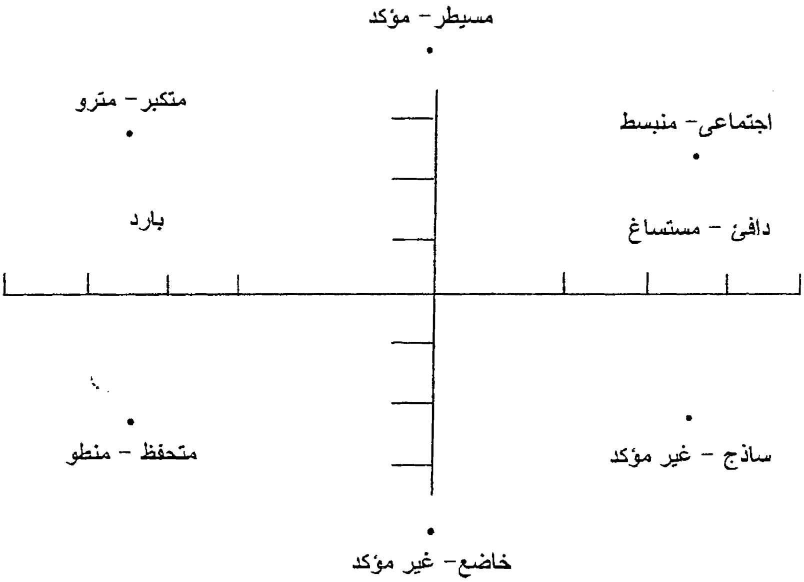
يؤكد بعض علماء الشخصية على التفاعل بين الأشخاص بوصفها وحدات أساسية (Carson, 1969, 1991; Kiesler, 1991,).وقد طور ويجينز (Wiggins, 1991; Wiggins & Pincus, 1992) نموذجًا متعدد الأقطاب[2] يعتمد على أبعاد السيطرة – الخضوع، والحب – الكراهية (شكل ١١ –١). ويتفق ويجينز ومؤيدو نموذج العوامل الخمسة على أن النموذجين يكمل أحدهما الآخر، حيث يمكن تحديد موضع نفس سمات الشخصية فى علاقتها بأى منهما. والمغزى هو أن معظم اضطرابات الشخصية يمكن تحديد موضعها على أقطاب الشخصية المتعددة التى يقدمها شكل [١١–١] (Wiggins, Phillips, & Trapnell, 1989). فمثلاً، اضطراب الشخصية النرجسية يمكن تحديد موضعه فى منطقة أنانى – متكبر[3] من الشكل، حيث يتم تعريفه من خلال السمات النفسى الاجتماعى للتكبر والأنانية، وإلى خاضع حد ما السيطرة.

---

(١) Problematic Interpersonal Behavior

(٢) Circumflex

(٣) Arrogant – Calculating



شكل [١١ - ١] النموذج متعدد الاقطاب للسلوك النفسى الاجتماعى.ويُبنى نموذج ويجينز متعدد الاقطاب للسلوك بين الأشخاص، على بعدى الخضوع-السيطرة، والحب-الكراهية. وتقدم النقاط الثمانى فى الشكل سمات بينشخصية على النموذج، وينظر للنموذج بوصفه متمما لنموذج العوامل الخمسة فى سمات الشخصية.

(*Source: Adapted from "Circular Reasoning About Interpersonal Behavior Evidence Concerning Some Untested Assumption Underlying Diagnostic Classification," by D.S. Wiggins N. Phillips and p. Trapnell, 1989,* Journal of Personality and Social Psychology, 56, *p. 297 Copyright 1989 by American Psychological Association Reprinted by permission*).

باختصار، فإن الجهد المبذول هنا هو لتطوير نموذج للسلوك بين الأشخاص، ويضم كل من السمات بين الأشخاص السوية وغير السوية، على أن يرتبط بنموذج العوامل الخمسة. وعلى الرغم من أن كثيرًا من اضطرابات الشخصية يجد موقعه المناسب داخل نموذج ويجينز للسلوك بين الأشخاص متعدد الأقطاب؛ فإن بعضها

لا يبدو كذلك [على سبيل المثال: اضطراب الشخصية القهرية]، ربما لأن اضطرابات الشخصية تتضمن مشكلات فى التفكير والمشاعر بالإضافة إلى مشكلات السلوك بين الأشخاص. ولتضمين مثل هذه الخصال الإضافية يُفترض أن السمات المصاحبة لنموذج العوامل الخمسة لابد أن تُستخدم أيضًا (Pincus & Wiggins, 1995; Widiger, 1994).

الوصف، والتفسير، والعلاج، ونموذج العوامل الخمسة

أين يتركنا نموذج العوامل الخمسة فيما يتصل بجيرالد وغيره من الأشخاص الذين يعانون من الكرب النفسى؟ تبعًا للمناقشة السابقة يوصف جيرالد بأنه مرتفع على عامل العصابية، وتحديدًا على مظاهر القلق والاكتئاب (انظر: جدول [٢-٢]). ويعنى القلق كونه متوترًا وعصبيًا أما الاكتئاب، فيعنى أن المشاعر السائدة لديه هى الحزن واليأس والوحدة والشعور بالذنب. بالإضافة إلى ذلك فمن المرجح أن تكون درجته على عامل يقظة الضمير مرتفعة، وتحديدًا فيما يخص تطلعاته[1] (الكفاح للإنجاز) والتمسك بالمبادئ الأخلاقية والالتزام بالمبادئ الأدبية والواجبات الأخلاقية. ومع ذلك، هل يمدنا هذا بوصف مناسب لجيرالد وصراعاته؟ وحتى إذا كان هذا الوصف مناسبًا، فهل يمدنا بتفسير لهذه الصراعات؟ أخيرًا، كيف نتقدم لمساعدة جيرالد؟ كيف يمكن تخفيف قلقه واكتئابه، وكيف يمكن مساعدته لتجنب مثل هذه الأزمات فى المستقبل؟

هنا نأتى للطبيعة الحقيقية لنقد نموذج العوامل الخمسة فى اضطرابات الشخصية (Benjamin, 1993; L.A. Clark, 1993; Davis & Millon, 1993; Schacht, 1993; Telgen, 1993)، حيث يتضمن النقد المسائل الثلاث الكبرى المتعلقة بالوصف والتفسير والعلاج. أولاً، هناك افتراض أن النموذج يغفل بعض الأوجه المهمة فى الأداء الوظيفى للشخصية ولايقدم تفاصيل كافية عن الفرد.

---

(١) Aspiration Level

بكلمات أحد النقاد: يترك نموذج العوامل الخمسة الشخص غريبًا (Mc Adams, 1992). فليس لدينا اعتبار للخصال المتفردة لجيرالد، ولا لكيف ترتبط هذه الخصال وغيرها بعضها بالبعض الآخر. نحن نعرف الآن أن جيرالد شخص ذو ضمير حي يعانى من القلق والاكتئاب، فهل نحن نعرفه؟ هل نعرف أنه أدى دوره كقائد بكفاءة فى بعض الأحيان، وأنه هرب فى أحيان أخرى من المهام المتحدية؟ هل نستطيع أن نقدر حقيقة أنه كان مستقلاً بدرجات مختلفة، ولكنه أصبح الآن يسعى إما إلى أن يهتم أحد بوضعه أو إلى أن يترك وحيدًا يعانى من الشقاء الذى يشعر بأنه يستحقه؟

ربما لا تكون هناك ضرورة لوصف أبعد مما تقدم، ولكن ماذا عن التفسير؟ يفترض المنتقدون هنا أننا لم نقدم تفسيرًا لما يعانى منه جيرالد. لماذا كانت لديه مشكلات مع صديقته التى انفصل عنها، ولماذا نتج عن الانفصال هذا الإحساس العميق بالفقد؟ ولماذا اختار أن يكون محاميًا ثم أصبح يائسًا من الاستمرار فى هذا المسار؟ لماذا اضطربت عند هذه النقطة معتقداته الدينية بشدة، ولماذا ترتبت عليها مثل هذه العواقب العاصفة؟ بطرق عديدة، يمكننا فهم القلق والاكتئاب كنتيجة للفقدان الذى يعانى منه الفرد وانخفاض تقديره لذاته، إلا أن هذا ليس هو ما تم وصفه. علاوة على ذلك، لماذا وصل عمق الاستجابة لمستوى الانهيار الكامل وأفكار الانتحار؟

أخيرًا، هناك مسألة العلاج. كيف يمكننا مساعدة جيرالد؟ يفترض النقاد هنا أن نموذج العوامل الخمسة ليس مفيدا كدليل للعلاج الفردى؛ أى أنه يفتقر إلى نموذج للعلاج النفسى أو التغيير. فهو يؤكد الثبات دون التغيير، وتقع عمليات التغيير حاليا خارج مدى الملاءمة الذى يتناوله. وفيما عدا الاعتماد على إجراءات اقترحها معالجون سلوكيون، أو معالجون من توجهات أخرى؛ فليس للنموذج ما يقدمه لمساعدة جيرالد فى موقفه الحالى ولا فى خططه المستقبلية.

وعلى الرغم من هذه الانتقادات؛ يفترض مؤيدو النموذج أنه "فى وقت ما،

سيثبت نموذج العوامل الخمسة كفايته لتحديد خصال الشخصية السوية فحسب؛ بل كذلك الشخصية غير التكيفية وغير السوية أيضًا" (Widiger, 1993, p.140). بالإضافة إلى ذلك يشار إلى أن النموذج يمكن أن يفيد فى مضاهاة الأفراد ذوى السمات المعينة مع معالجين ذوى سمات تناسب هؤلاء الأفراد، أو مع إجراءات علاجية تناسب شخصياتهم. على سبيل المثال، قد لا يناسب إجراءٌ علاجى يتضمن قدرًا كبيرًا من الاستكشاف شخصًا منخفضًا فى عامل *الانفتاح على الخبرة*[1]. ومن ثم يفترض مؤيدو هذا النموذج من نماذج السمة، أنه جهد ذو بداية تصنيفية جيدة، وأن التفسير والعلاج سيتلوان بالضرورة هذه الجهود التصنيفية - الوصفية.

نموذج السمات واضطرابات الشخصية: ملخص

يؤكد نموذج السمات على استعدادات متسعة فى السلوك. ويفترض نموذج العوامل الثلاثة لأيزنك Eysenck أن اضطرابات الأداء الوظيفى للشخصية، تعود إلى تعلم غير توافقى مصاحب للفروق الفردية الوراثية فى الأداء الفسيولوجى. وفى تأكيده دور التعلم فى ارتقاء السلوك المرضى، أكد أيزنك أيضًا تطبيق مبادئ التعلم لعلاج هذه الاضطرابات، وذلك فى شكل العلاج السلوكى.

ويرى نموذج العوامل الخمسة، والنماذج بين الأشخاص المصاحبة له (كنموذج ويجينز Wiggins على سبيل المثال) اضطرابات الشخصية بوصفها أشكالاً متطرفة ومرضية من السمات الشخصية السوية. وينصب التأكيد هنا على الجانب الوصفى لاضطراب الشخصية. ففى مقابل عمل أيزنك، لم يكن هناك جهد لربط هذه الخصال الوصفية بنظرية عن كيف تكون الاضطرابات أو بنظرية عن التغير العلاجى. ومن ناحية أخرى بُذل المزيد من الجهد لترسيخ العلاقات المنظّمة بين السمات ومختلف اضطرابات الشخصية، أكثر مما حدث فى عمل أيزنك. وفى الغالب، لم تكن طبيعة الأداء المرضى والتغير العلاجى جزءًا من بؤرة تناول أى

---

(1) Openness To Experience

من المنحيين المهتمين بالسمات.

نظرية التحليل النفسى

كما أشرنا مبكرًا، يقع المرض النفسى والعلاج النفسى فى بـؤرة الملاءمـة للنظرية التحليلية. لقد نشأت النظرية من قلب الممارسـة الإكلينيكيـة، وتتأسـس ارتقاءاتها حتى اليوم على الخبرة الإكلينيكية. بالإضافة إلى هذا؛ سـوف نـرى أن النظرة التحليلية للأداء غير التكيفى وللتغير العلاجى تختلف بشكل أساسى عما هى عليه فى نظرية السمات.

المرض النفسى[١]

تؤكد النظرة التحليلية للأداء غير التكيفى أهمية القلق الوجدانى وآليات الدفاع أو أساليب التعايش مع هذا القلـق (Cramer, 2000; Masling & Bornstein, 1993). بالإضافة إلى تأكيد أهمية الصراعات[٢]، وأهمها الصراعات بين الرغبات (الحاجات، الدوافع، الغرائز) والمخاوف[٣]. ووفقًا للنظرية التحليليـة الكلاسـيكية، يخبر الطفل أثناء ارتقائه غرائز ورغبات متنوعة، وترتبط رغبات الغرائز المتنوعة بمراحل الارتقاء المتنوعة أيضًا (الفصل السادس). ففى المرحلة الفميـة[٤] يرغـب الرضيع أن يبتلع أو أن يعُضّ، وفى المرحلة الشرجية[٥] تتجه الرغبة نحو التلويث والتحدى، وفى المرحلة القضيبية[٦] تتجه نحو الاستمتاع بالمشاعر الجنسية تجـاه الوالد من الجنس المقابل. النقطة المهمة هنا هى أن الطفل النامى يعايش تنوعًا من المشاعر والرغبات. فإذا عوقب هذا الطفل على هذه المشاعر والرغبات أو شـعر بالتهديد من الفقدان أو الهجر من جرائها؛ فسترتبط هذه المشاعر والرغبـات لديـه

---

(١) Psychopathology
(٢) Conflicts
(٣) Fears
(٤) Oral Stage
(٥) Anal Stage
(٦) Phallic Stage

بالقلق. بعبارة أخرى، سيعتقد الطفل النامى أنه إذا تم التعرف على هذه المشاعر والتعبير عنها فسيترتب على ذلك ألم أو عقاب.

فماذا يفعل الطفل المعرَّض لهذا؟ وفقًا للنظرية التحليلية، ولأن القلق انفعال مؤلم؛ يتعلم الطفل أن يدفع ضد القلق وضد الأمنية أو الرغبة. على سبيل المثال، ربما ينكر الطفل أن لديه الشعور–الرغبة المرتبطة بالقلق، وربما يستبعد كل الشعور المصاحب للخبرة حتى لا يَخبر كل التهديد الذى يشعر به، وربما ينسى (يكبت) كل ذكريات الأحداث، أو بدلاً من ذلك يستبعد التهديد المصاحب للشعور أو الرغبة. ورغم أنه قد يتوفر –مبدئيًا– بعض الوعى بأن هذا يحدث؛ فإنه يتخذ مع الوقت طبيعة آلية. ولا يغيب عن الشخص وعيه بأنه يستخدم آلية دفاعية فحسب، بل يغيب عنه كذلك وعيه بما يدافع ضده. وكما قال مريض لى فى جلسة علاج عندما كان يضطرم ببعض المشاعر المؤلمة "لدىّ شعور بأننى اقترب من شيء ما، ولكن سرعان ما أشعر بنزول حائط، حاجز ضد الشعور بهذه الاشياء. يبدو الأمر آليًا لدرجة أننى لا أستطيع عمل شيء حياله، ولا حتى أعرف عن أى شيء هو".

وعند ما يتم الوصول إلى هذه الحالة، فقد نشأت مناورة دفاعية ناجحة، وهى ناجحة بمعنى أن الشخص لا يخبر القلق أو التهديد المصاحب للشعور أو الأمنية. وعلى جانب آخر، هناك تكلفة مصاحبة لآلية الدفاع الناجحة هذه، وهى تكلفة فقدان الصلة مع جزء من حياة الفرد الداخلية، بالإضافة إلى ذلك قد يتفادى الشخص المواقف المستقبلية التى تهدد باستثارة مشابهة لانفعال القلق المؤلم، ومن ثم لا يعلم أبدًا أن المواقف الأخرى تختلف عن المواقف الأصلية المصاحبة للقلق. فمثلاً، ربما يتجنب الفرد الاتصال بالنساء أو الرجال بسبب أمٍ أو أبٍ مستبد ومعاقب، مما يحول دون إمكان تعلم أن النساء والرجال الآخرين مختلفون. وأخيرًا، ربما يُترك الفرد مع مشاعر مبطِّنة بالذنب أو الخزى، أى الإحساس الغامض بأنه سيىء ووضيع[١]

---

(١) Inferior

أو يستحق الازدراء[١].

وتؤدى بنا مشاعر الذنب والخزى إلى موضوع الاكتئاب. فوفقًا للنظرية التحليلية، يتضمن الاكتئاب فقدانًا لتقدير الذات، هذا التقدير الذى يعتمد على الوفاء بمعايير الشخص ومُثُله. ففى الاكتئاب يكون الشعور "أنا فقدت كل شىء؛ العالم فارغ الآن" أو "أنا فقدت كل شىء لأننى لا أستحق أى شىء؛ أنا أكره نفسى" (Fenichel, 1945, p. 391). ويمتلئ الشخص بتأنيب النفس لأنه يعتقد أنه لم يستوف مُثُل الأنا الأعلى (أو الضمير)[٢] أو معاييرها الصارمة. ويظهر تأنيب النفس فى انخفاض تقدير الذات ومشاعر الدونية[٣] وعدم الكفاءة[٤]. وبدلاً من أن يُوَجَّه الغضب نحو شخص آخر أو نحو الموقف المرتبط بالفشل والخسارة، يتم توجيهه ضد الذات فى شكل تأنيبها وجلدها. فبدلاً من أن يغضب من الآخرين، يغضب الشخص المكتئب من نفسه: "أستحق أن أعاقب وأن أكون مكروهًا ومهجورًا". باختصار، يتم تأكيد مشاعر الذنب وتأنيب الذات وفقدان تقدير الذات التى ترتبط بالفشل فى الوفاء بمثل الأنا الأعلى ومعاييرها الصارمة.

إن النظرية التحليلية فى العلاج النفسى أكثر تعقيدًا من ذلك فى تفاصيلها، بدرجة ما، إلا أن جوهر النموذج هو الصراع بين رغبة من ناحية، وتهديد بالعقاب أو بألم مصاحب للتعبير عنها من ناحية أخرى. وبمصطلحات فنية، هو صراع بين الرغبات الغريزية للهو والتهديد بالعقاب من العالم الخارجى، أو من الأنا الأعلى فى شكل شعور بالذنب. ومع ذلك، لا نحتاج لاستخدام هذه المصطلحات الفنية ليمكننا تقدير أهمية الصراعات بين الرغبات والمخاوف، وكذلك بين المدرك من الإنجازات من ناحية والمعايير (أو: الأنا الأعلى) من ناحية أخرى، وهى الصراعات المحورية فى النظرية. وكما أشرنا، يفقد الشخص الصلة ببعض أوجه حياته الداخلية ويحتفظ

---

(١) Contemptible
(٢) Superego
(٣) Inferiority
(٤) Worthlessness

بصورة سلبية عن الذات. بالإضافة إلى ذلك يظل الشخص خائفًا من الاقتراب من بعض المواقف أساسية التى ربما لم تَعُد مؤذية. أخيرًا، وبسبب القلق الكامن وراء هذه العملية ينشأ وجه متصلب لأداء الشخص، وفى الواقع، يعد التصلب[1] الخصلة الحاسمة للأداء الدفاعى وغير التكيفى للشخصية، فالقلق المبالغ فيه يعرقل الأداء التكيفى المرن.

ومن المهم ملاحظة أن العمليات الموصوفة تحدث لاشعوريًا، ووفقًا للنظرية التحليلية لا يعى الشخص شعوره بالرغبة ودفاعه ضدها. والعملية آلية، لا بمعنى أنها معتادة لدرجة أنها تحدث لاشعوريًا فحسب، بل هى لا شعورية كذلك لأنها تُكبت! والأمر ليس أن الشخص لا يعى وحسب، بل إن هناك حاجزًا (أى: دفاعًا) ضد أن يصبح واعيًا – هكذا نفهم التعبير التلقائى لمريضى عن شعوره بأنه بمجرد أن بدأ يعى شيئًا ما بإبهام، إذا بحائط أو حاجز يهبط، ويفقد هو هذا الوعى أو هذا الشىء– وهذا هو عمل العملية الدفاعية. ما كان ذات مرة من الوعى بمكان، ذلك الشعور بالرغبة والتهديد المصاحب له، ذهب الآن عن الوعى. فبينما كان هناك وعى بالشعور الجنسى أو الشعور بالغضب، وبالتهديد المصاحب لهما، أصبح الآن هناك افتقاد فى هذا الوعى الآن، وربما لا يحدث للمرء إلا إحساس عابر بالقلق كشىءٍ مصاحب للشعور بالرغبة المكبوتة.

نظرية العلاقة بالموضوع

يُعد ما تم تقديمه رؤية تقليدية للنموذج التحليلى للمرض النفسى. إلا أن ارتقاءات جديدة حدثت فى النظرية التحليلية. والارتقاءات المهمة بشكل خاص، كما لاحظنا فى الفصل الثامن، هى الارتقاءات المرتبطة بنظرية العلاقة بالموضوع. وكما سبق أن وصفنا، فإن محور اهتمام محللى العلاقات بالموضوع، هو كيف أن الأفراد المهمين فى الماضى يُمثِّلون بوصفهم نواح مهمة من الذات، والآخرين،

---

(1) Rigidity

وعلاقات الذات بالآخرين. وهذه التمثيلات معرفية، بالنظر للصور العقلية، وكذلك هى تمثيلات وجدانية، بالنظر لارتباطها بانفعالات قوية. ويتم التركيز هنا على الشخص بوصفه باحثًا عن العلاقات أكثر من التركيز على إشباع الدافع. بالإضافة إلى ذلك يؤكد منظّرو العلاقات بالموضوع الذاتَ، والطرقَ التى تَخْبُر من خلالها مختلف أجزاء الذات، وإلى أى مدى يعى الفرد الذات بوصفها متكاملةً ومتماسكةً مقابل وعيه بها مبعثرة وهشة. وبشكل عام فإن التركيز المتعلق بالمرض النفسى يكون على التمثيلات الإشكالية للذات والآخرين، وعلى الاستهداف لانهيار الإحساس بالذات وبتقديرها. وفيما يلى توضيحات لمثل هذه التمثيلات المضطربة وهذا الاستهداف.

اضطراب الشخصية النرجسية: مقارنة بنظرية السمة

كما لاحظنا، اهتم منظرو العلاقة بالموضوع باضطرابات تمثيلات الذات. ويحظى اضطراب الشخصية النرجسية باهتمام مميز عندهم، وعندنا فيما يتصل بمناقشتنا المبكرة لنظرية السمة. فوفقًا لمنظرى العلاقة بالموضوع؛ فإن ارتقاء إحساس صحى بالذات ونرجسية صحية يتضمن إحساسًا واضحًا بانفصال(١) الفرد وفرديته(٢)، وإحساسًا مستقرًا بدرجة معقولة من تقدير الذات، وفخرًا للفرد بإنجازاته، وقدرة على أن يكون واعيًا بحاجات الآخرين، ومستجيبًا لها أثناء استجابته لحاجاته الخاصة. أما الشخصية النرجسية فتعانى من اضطراب فى الإحساس بالذات واستهدافًا لانهيار تقدير الذات، حيث يحتاج الشخص النرجسى لإعجاب متصل، من الآخرين كما أن لديه قصورًا فى التفهم لموقف الآخر(٣) مع مشاعر الآخرين وحاجاتهم. ويرجع هذا القصور فى التفهم لموقف الآخر للانشغال الشديد بالذات، ولصعوبة التعرف على الآخرين بوصفهم أفرادًا منفصلين، لهم

---

(١) Separateness
(٢) Individuality
(٣) Empathy

حاجاتهم الخاصة بهم.

كيف تنمو مثل هذه الخصال؟ كما لاحظنا، يؤكد النموذج التفسيرى لنظرية العلاقة بالموضوع أساسًا طبيعة العلاقات بالموضوع (الأشخاص) المبكرة، والحالة النفسية لارتقاء إحساس الطفل بذاته وبتقديره لها. وفى حالة اضطراب الشخصية النرجسية هناك والدان، أو وجوه تلعب أدوارًا والدية، بينما لا يكون هؤلاء قادرين على التفهم لموقف الآخر[1]، ولا حساسين لحاجات ومشاعر الطفل، ومتمركزين حول حاجاتهم الخاصة، كما أنهم يهتمون جدًا ويعجبون بالطفل فى لحظة، ثم يهملونه أو ينتقصون من قدره فى لحظة أخرى. بعبارة أخرى، يرسل الوالدان رسائل متعارضة للطفل، بأنه "مميز" أو "استثنائى" و"قاصر" أو "غير ناضج" وجميعًا معًا. من ثم يفتقر الطفل إلى نماذج لأدوار القادرين على التفهم لموقف الآخر المناسبة، ويشعر أنه لا يمكنه الوثوق بالآخرين لتقدير ذاته، ويتأرجح فى تقويماته لذاته بين الشعور بالعظمة وعدم الكفاءة. وبسبب الانشغال بالذات ونقص نماذج التفهم لموقف الآخر، يصبح الفرد غير قادر على التفهم لموقف الآخر مع حاجات الآخرين. باختصار هناك تفسير للشخصية النرجسية على ضوء الخبرات المبكرة مع الآخرين ذوى الدلالة، وكذلك تمثيلات الذات والآخرين المهمين التى ارتقت فى وقتٍ حرج بالنسبة لارتقاء الإحساس بالذات.

يأتى هذا الوصف لاضطراب الشخصية النرجسية من الممارسة العيادية. وتضاهى الخصال الموصوفة الكثير من تلك الخصال التى لاحظناها فى سياق نظرية السمات. وقد بُذلت جهود لتطوير قياسات استبيانية للنرجسية (Murray, 1938; Raskin & Hall, 1979)، (انظر: جدول [١١-١])، ومع ذلك، وعلى الرغم من أنواع التشابه مع وصف نظرية السمات لاضطراب الشخصية النرجسية، تظل رؤية نظرية العلاقة بالموضوع مختلفةً جوهريًا. فمما له أهمية خاصة حقيقة

---

(١) Unempathic

أن الاضطراب يُرى داخل سياق إطار نظرى، كما يتوفر تفسير نظرى لنمط الخصال المصاحبة (Kernberg, 1976; Kohut, 1971; Millon, 1981).

جدول (١١-١)

بنود توضيحية من مقاييس النرجسية

مقياس النرجسية لموراى (Murray, 1939, p. 181): – أفكر كثيرا فى كيف أبدو وما الانطباع التى أتركه على الآخرين. – تعليقات الآخرين الساخرة أو المزدرية تجرح مشاعرى بسهولة. – أتحدث كثيرًا عن نفسى وخبراتى ومشاعرى وأفكارى.
بطارية الشخصية النرجسية (Raskin & Hall, 1979): – أحب أن أكون محور الاهتمام حقًا. – أعتقد أننى شخص مميز. – أتوقع الكثير من الآخرين. – أحسد الآخرين على حسن حظهم. – لن أكون راضيًا أبدًا حتى أنال ما أستحق.

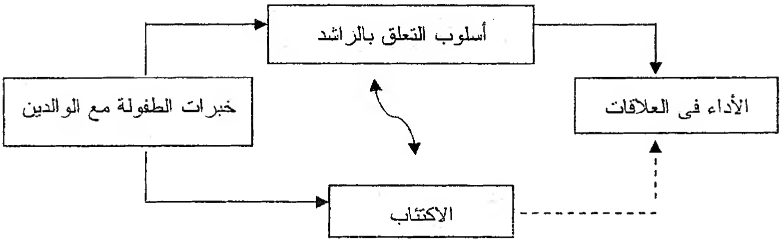
العلاقة بالموضوع، والتعلق والاكتئاب

لمزيد من التوضيح لهذا المنحى، يمكننا تناول مشكلة الاكتئاب. تناولنا فى الفصل السادس تأكيد بولبى Bowlby أهمية ارتقاء *النسق السلوكى للتعلق*[١] ومفهومه عن *النماذج الداخلية العاملة*[٢]، أو التمثيلات العقلية المصاحبة للوجدان. وتمت فى هذا الفصل أيضًا الإشارة إلى أن أنماط التعلق المبكرة ترتبط بالسلوك الاجتماعى والانفمرتقع اللاحق، وكذلك بالعلاقات الرومانسية. وتفترض النظرية المعاصرة أن النمو المبكر لتمثيلات عقلية مختلة أو لنماذج داخلية عاملة مشوهة تخص العلاقة

(١) Attachment Behavioral System

(٢) Internal Working Models

مع أحد القائمين بالرعاية أو المربين الأساسيين، يمثل أحد الاسهامات المهمة في حدوث الاكتئاب. بعبارة أخرى، تؤدى التمثيلات العقلية المختلفة المؤسسة على العلاقات المبكرة إلى الاستهداف للاكتئاب في مرحلة لاحقة (Blatt & Bers, 1993a, 1993b; Blatt & Homann, 1992).



شكل [١١-٢] العلاقات المفترضة بين منبئات الأداء فى العلاقات. يمكن أن يَنتج كل من أسلوب التعلق بالراشدين والاكتئاب من خبرات الطفولة الأقل إيجابية مع قائم بالرعاية أولى، كما يمكن أن يكون له تأثير متبادل (خط منحنى). كذلك يمكن أن يؤثر أسلوب التعلق بالراشدين أو الاكتئاب على الأداء فى العلاقات (يشير الخط المتصل إلى ارتباط قوى مفترض، بينما يشير الخط المتقطع إلى ارتباط أضعف).

(*Source: From "Depression, Working Models of Others, and Relationships Functioning" by K. B. Carnelley, P. R. Pietromonaco, and K. Jaffee, 1994.* Journal of Personality and Social Psychology, 66, *p. 129. Copyright 1994 by the American Psychological Association. Reprinted by permission*).

وربما كانت أفضل طريقة لتقدير جوهر هذه الرؤية، هى اتباع بعض البحوث التى تربط الاكتئاب بالنماذج الداخلية العاملة (Carnelley, Pietromonaco & Jaffe, 1994)، ففى هذه البحوث افترض الباحثون أن نظرية التعلق تمدنا بإطار لفهم أفكار وتصرفات المكتئبين فى مستوى أداء علاقاتهم. وبشكل محدد فقد افترضوا أن الأطفال الذين يشعرون برفض وبرود يطورون نموذجًا عاملاً للذات بوصفها غير محبوبة وغير كفء، ونموذجًا عاملاً للآخرين بوصفهم لا يعتمد

عليهم، وباردين، وبعيدين. ويؤدى ارتقاء مثل هذه النماذج إلى توقعات بالرفض والفشل، وهى توقعات ربما تشوه إدراك الأحداث أو حتى التصرفات التى تصدر عن الآخرين بغير قصد، فتؤكد رؤيتهم أنهم لايستحقون حب أحد من الآخرين. باختصار، بالإضافة إلى التمثيلات السلبية للذات؛ يفترض النموذج أنه نتيجة للخبرات السلبية مع قائم بالرعاية أوّلى[١]، ينمو نموذج عامل غير آمن[٢] فيما يخص التعلق بالراشدين، كما ينمو استهداف للاكتئاب (انظر: شكل ١١-٢).

تبعًا لهذا النموذج، افترض الباحثون أن خبرات الطفولة الأقل إيجابية سترتبط بأسلوب التعلق غير الآمن، وبالاستهداف للاكتئاب أكبر مما سترتبط معهما خبرات الطفولة الإيجابية. وفى دراسة لاختبار الفرض، وُزع مقياس للاكتئاب على طالبات جامعيات، وعلى أساس درجاتهن على المقياس تكونت مجموعتان؛ المكتئبات وغير المكتئبات. ثم أجابت المبحوثات على استبيانات لتقويم مختلف خصائص علاقة الطفل بالأب أو الأم كما تفترضها نظرية التعلق. فمثلاً، وضعت كل من المبحوثات تقديرات منفصلة لوالدها ووالدتها؛ هل كان (أو كانت) متقبلاً (متقبلة) أو رافضًا (رافضة) لها (مثال: "منحنى أبى أو أمى الشعور بأنه قد أحبنى كما كنت")، وهل كانا (أى الوالد والوالدة) قد شجَّعاها على الاستقلال أم كانا مفرطَى الحماية[٣] (مثال: "عندما كنت طفلة، كان أبى أو أمى يشجعنى على اتخاذ قرارى بنفسى"). بالإضافة إلى ذلك أجابت المبحوثات عن استبيان يقيس نماذج التعلق العاملة الخاصة بالراشدين[٤]، وعلى أساس استجابتهن على هذه المقاييس؛ تم تقسيمهن إلى ثلاث مجموعات لأسلوب التعلق: *الآمن*[٥] ("من السهل نسبيًا بالنسبة لى أن أصبح قريبًا من الآخرين انفعاليًا")، *والخائف*[٦] ("أرغب انفعاليًا فى إقامة علاقات خاصة، إلا

A Primary Caregiver (١)
Insecure (٢)
Overprotective (٣)
Adult Working Models Of Attachment (٤)
Secure (٥)
Fearful (٦)

أننى أجد من الصعب أن أثق فى الآخرين تمامًا أو الاعتماد عليهم") *والمهموم*(١) ("لا أرتاح بدون إقامة علاقات قريبة، إلا أننى أخشى ألا يقدرنى الآخرون كما أقدرهم") (Bartholomew & Horowitz, 1991).

فهل هناك ارتباط بين تقارير خبرات الطفولة وأسلوب التعلق؟ وهل ستختلف المكتئبات عن غير المكتئبات فى تقاريرهن عن خبرات الطفولة مع والديهن؟ وهل ستختلفن فى أساليب التعلق فى الرشد؟ اتساقًا مع النموذج، وجد، فى الواقع، أن تقارير خبرات الطفولة ارتبطت بأسلوب التعلق اللاحق (فى الرشد). فالطالبات اللاتى سجلن خبرات طفولة أقل إيجابية مع كلا الوالدين اتسمت بأساليب تعلق أقل أمنًا (مثال، أساليب تعلق الخائف، أو المهموم) مقارنة بالطالبات اللاتى سجلن خبرات طفولة أكثر إيجابية. وبالمثل، وإن لم يكن بنفس القوة، تحقق ارتباط بين الخبرات المبكرة مع أمهات وآباء مسيطرين ومثل هذه الأساليب غير الآمنة من التعلق. علاوة على ذلك، واتساقًا مرة أخرى مع النموذج، وُجد ارتباط ثابت بين تقارير خبرات الطفولة السلبية مع الوالدين والاكتئاب، أى أن الطالبات المكتئبات كن أكثر من غير المكتئبات فى تسجيل خبرات طفولة أقل إيجابية. وأخيرًا، ارتبطت حالة الاكتئاب بشكل دال مع أسلوبى التعلق الخائف والمهموم؛ أى أن الطالبات المكتئبات كن أكثر قربًا من غير المكتئبات فى اتخاذ أساليب تعلق غير آمنة. وباختصار، أوضحت البيانات رؤية أن خبرات الطفولة المبكرة يصاحبها ارتقاء فى النماذج العاملة داخليًا وأساليب التعلق تجعل الشخص معرضًا لارتقاء الاكتئاب.

وفى دراسة ثانية، أجراها كارنيلى وزملاؤه (Carnelley et al., 1994)؛ تمت مقارنة سيدات متزوجات، فى مرحلة التعافى من الاكتئاب، بمتزوجات غير مكتئبات، وذلك فى خبرات الطفولة المبكرة وأسلوب التعلق. كما تم الحصول على

---

(١) Preoccupied

مؤشر للتوافق فى العلاقة الزوجية. وكانت النتائج فى هذه الدراسة أقل حسمًا فى تأييدها للنموذج من الدراسة الأولى، ومع ذلك، توفر دليل على الارتباط بين خبرات الطفولة السلبية مع الأم وأسلوب تعلق الخائف، وبين خبرات الطفولة الأقل إيجابية مع الأم والأب والاكتئاب، وكذلك بين الاكتئاب وأسلوب التعلق الخائف. بالإضافة إلى ذلك ارتبط أسلوب التعلق بالتوافق الزواجى وكفاءة العلاقة؛ أى أن النساء اللائى كن أكثر خوفًا وهمًّا أظهرن توافقًا زواجيًا أقل، وعلاقات مساندة أقل مع أزواجهن، مقارنة بالنساء الأكثر أمنًا فى تعلقهن.

بإيجاز، اتساقًا مع نظرية التعلق، وجد الباحثون أن الاكتئاب كان مصاحبًا لنموذج عامل غير آمن فيما يخص التعلق. كما ارتبط الاكتئاب بالعلاقات المبكرة الأقل إيجابية مع الوالدين. وتم الإيحاء بارتباط بين ارتقاء أسلوب التعلق غير الآمن والاستهداف للاكتئاب. من المهم إدراك أن هذه الدراسة قامت باستعادة الخبرات المبكرة، ومن ثم، من المحتمل أن تؤدى حالات الاكتئاب الراهنة وصعوبات التعلق الحالية إلى تحريف الذاكرة التى تقوم باستعادة هذه الخبرات من الطفولة. وفى الواقع فإن هذه مشكلة جادة وواردة فى مثل هذه البحوث. ومع ذلك، فإن الدراسات الأخرى التى تعتمد على مشاهدة تفاعلات طفل مع أمه المكتئبة، توفر تأييدًا للعلاقة المفترضة بين ارتقاء النماذج الداخلية العاملة للتعلق والتعرض للاكتئاب (Blatt & Homann, 1992).

التغيير العلاجى

إذا كان هذا عن المرض النفسى أو الأداء غير التكيفى للشخصية، فكيف يحدث التغير إذن؟ يُعد النموذج التحليلى للمرض نموذج تعلُّم فى المقام الأساس؛ ذلك أن الأداء غير التكيفى يمثل تثبيتًا[1] أو نقصًا فى تعلم الجديد، وهو ما يتصل بخبرات حدثت فى الطفولة. وبالتالى؛ لا يتعلم الشخص أنه من الممكن معايشة

(1) Fixation

مشاعر مختلفة، وأن النتائج ربما تكون مختلفة، وأن العلاقات يمكن أن تكون مختلفة، وأن بإمكانه تطوير صورة مختلفة عن ذاته، صورة يصاحبها شعور أقل بالذنب أو الخزى، ومزيدٌ من تقدير الذات. ورغم أن النموذج التحليلي لا يُعد في حد ذاته، رسميًا، نظريةً في التعلُّم؛ فإنه يظل نموذجًا تعلُّميًا. لذلك، ليس من المدهش أن يرى المحللون النفسيون عملية التحليل النفسي عمليةَ تعلم، يستطيع المريض خلالها إعادة معايشة صراعات قديمة، وحلها الآن بطريقة مختلفة أكثر تكيفًا.

ولكي تتم عملية التعلم هذه، فإن أداة النقل لها هي **الطرح**[١]. ففي مسار التحليل النفسي، يطور المريض اتجاهات ورغبات ومشاعر تجاه المحلل، تقابل اتجاهات ورغبات ومشاعر عايشها مبكرًا مع رموز دالة من الطفولة (مثل الأم، أو الأب). وعلى الرغم من أن المصطلح ربما يفترض شيئًا ما غريبًا أو يتفرد به الموقف التحليلي؛ فإنه في الواقع لا يوجد شيء غير معتاد في الطرح. فكما تشير نتائج البحث العلمي، نستجيب جميعًا لبعض الأفراد، في بعض المواقف، بشكل يعني أنهم يذكروننا، شعوريًا أو لا شعوريًا، برموز مبكرة مرتبطة بصراع أو قلق (Thorne, 1989). فالأفراد الذين يشعرون بالحنق[٢] والقلق نحو رئيس، أو شريك حياة مستبد[٣]، والأفراد الذين يشعرون بالغيرة عندما ينال شخص ما شيئًا تمنوه، والأفراد الذين يحسدون نجاح الآخرين بصرف النظر عن نجاحهم هم، والأفراد الذين يشعرون أن عليهم إرضاء حاجات الآخرين، ولو كان على حساب سعادتهم؛ كل أولئك يُظهرون طرحًا في مسار حياتهم اليومية.

وما يجعل الطرح مختلفًا في التحليل النفسي، هو أنه يمكن التعبير عنه ودراسته وفهمه، في سياق بيئة آمنة ومعالج موثوق فيه. وبالتالي؛ ففي مسار التحليل يستطيع المريض أن يخبر غضبًا نحو المعالج، وأن يخشى من انتقام

Transference (١)
Rage (٢)
Domineering (٣)

المعالج، هذا بينما يعرف فى الوقت نفسه أن المعالج موجود لمساعدته ومن ثم فهو لن يثأر منه. وفى هذا المسار يمكن للمريض أيضًا أن يغار من مرضى آخرين يعتقد أنهم يقضون وقتًا أطول مع المعالج، أو يتخيل أنهم حازوا على اهتمام أكبر من المعالج. وربما يدخل المريض مع المعالج فى تنازع قُوَى حول فواتير الحساب، أو الوقت، أو من سيتكلم، أو كيف ستدار الجلسة. يمكن أن يحدث كل ذلك، بل هو يحدث بوصفه جزءًا من الطرح الذى ينمو فى العملية التحليلية. ومع ذلك، كما لاحظنا، لا يُعد ذلك قاصرًا على العملية التحليلية. فكل من هذه المسائل يعايشه الفرد فى حياته اليومية أيضًا، إلا أنه فى الحياة اليومية، لا يعى الفرد ما يجرى ولا يستطيع فحصه بالقدر الكافى من العمق. أما فى موقف الطرح العلاجى؛ فهناك فرصة ليصبح الفرد واعيًا بهذه الأساليب غير التكيفية المتعلقة بالآخرين وبالذات.

وأكدت النظرية التحليلية دائمًا على مكون معرفى ومكون وجدانى فى العملية العلاجية. فى المراحل المبكرة من ارتقاء النظرية، كان التأكيد على المكون المعرفى. وكان المهم هو أن يستدعى الشخص ما كان قد كَبَتَه، فعلى ما كان لا شعوريًا أن يصبح الآن شعوريًا. حيث كان هدف التحليل تعرية كل ما كان مكبوتًا وعلاج الذكريات الدفينة(١). كما كان هناك أيضًا تأكيد على عملية الاستبصار(٢)؛ أى أن يفهم المريض صراعاته اللاشعورية وجذورها فى الطفولة. ورغم أن الكشف عن الذكريات المكبوتة، واكتساب الاستبصار يتضمن كلاهما عمليات معرفية؛ فإن الانفعال يشترك أيضًا فى تحويل ما كان لا شعوريًا إلى شعورى.

وبمرور الوقت، أولى المحللون النفسيون اهتمامًا أكبر للمكّون الانفمرتفع فى العملية العلاجية. ومن هذا المنطلق فإن قوة الطرح فى الحقيقة هى فى أنه مواجهة للحياة الواقعية(٣)، ذلك أنه يتضمن مشاعر شديدة وإعادة معايشة الصراعات قديمة.

---

(١) Buried Memories

(٢) Insight

(٣) Real-Life Encounter

وبسبب ذلك فإن الطرح يزودنا بما يُسمى *الخبرة الانفعالية المُصَحِّحَة*[1] (Alexander & French, 1946). حيث تتضمن الخبرة الانفعالية المصححة، إدراكَ المرضى، على مستوى المشاعر، أن الأشياء يمكن أن تكون مختلفة، وأنهم ليسوا بحاجة للخوف من رغباتهم، ولا لعقاب أنفسهم بشدة وبمعايير صارمة. وتحدث **الخبرة الانفعالية المصححة**، فى جزء كبير منها، لأن المحلل يتصرف بشكل مختلف عما فعل الوالدان أو رموز السلطة الآخرون الذين كانوا مسيطرين أثناء الارتقاء الانفعالى للمريض. ومن هذا المنطلق تعدّ العملية العلاجية عملية تعلم، أى أن هناك عودة للنمو من نقطة لم يحدث فيها تعلم تكيّفى، أو حدث فيها تعلم غير تكيّفى، بسبب الصراع والقلق.

فهل هناك أسباب تجعل من الممكن ألا يحدث تغيير؟ تفترض النظرية التحليلية أن التغيير يمكن أن يكون عملية صعبة. فبالإضافة إلى الحدود التى يمكنها تقييد المعالج؛ فليس المرضى دائمًا مستعدين ومتحمسين للتغير. فالتغير الجوهرى مؤلم بصفة عامة. ويتضمن العلاج التحليلى إعادة معايشة مخاوف قديمة تأتى مع رغبات وتصورات للذات لا يمكن الفخر بها. كما أن التغيير يعنى الشك[2]: "أعرف كيف تبدو الأشياء الآن، ولكن هل من الممكن أن تسوء إذا تغيرت؟ أعرف أننى لا أحب نفسى أو حياتى تمامًا الآن، ولكن كيف أعرف أننى سأحب نفسى أو حياتى أكثر إذا تغيرت الأشياء؟ أعرف كيف أؤدى عملى الآن، ولكن ماذا يُفترض أن أفعل وأنا أفحص كل هذه المشكلات القديمة؟".

لأن التغيير يتضمن شكًا، وقلقًا، وخسائر محتملة بالإضافة للمكاسب؛ فإن معظم المرضى يقاومون التغير كما يسعون إليه. ويشير مصطلح المقاومة[3] – فنيًا فى التحليل النفسى؛ إلى عدم اتباع المريض القاعدة الرئيسة للتداعى الحر[4]، وقول

---

(١) Corrective Emotional Experience
(٢) Uncertainty
(٣) Resistance
(٤) Free Associating

ما يأتى على خاطره أيًا كان. إلا أنه، بمعنى أوسع، تتضمن المقاومة كل الطرق التى يقاوم المريض من خلالها التغيير، شعوريًا أو لاشعوريًا. ربما يأخذ ذلك شكل نسيان موعد، أو النوم إلى ما بعد توقيت الموعد، أو الحضور المتأخر، أو الإخفاق فى عمل الأشياء التى تجعل للمحاولة معنى (مثال: الاتصال بشخص من الجنس الآخر لترتيب موعد، أو الحديث مع شخصٍ يتقرب منه (منها) فى إحدى الحفلات، أو الاستمرار فى عمل أشياء تجعل للتوقف عن التغيير معنى (مثل إثارة الخلافات مع شريك الحياة أو الرئيس). وفى محاولة فهم وتفسير كيف ولماذا يتغير الأفراد، لابد أن نحاول أيضًا فهم وتفسير لماذا يجد الأفراد صعوبة فى التغير؛ ومن ثم يُعد مفهوم المقاومة مهمًّا من هذا المنطلق.

وكما كان الحال مع نظرية المرض[١]؛ تُعد نظرية العلاج أكثر تعقيدًا مما قدمنا. ومع ذلك، فإن ما لدينا هنا هو جوهر النموذج التحليلى للتغير العلاجى. وهو يتضمن تعلم أن أفكارًا ومشاعر معينة لم تعد تتطلب إثارة القلق أو خلق الشعور بالذنب، وأنه يمكن السيطرة عليها بأساليب أكثر تكيفًا، وهو ما يحدث -فى جزء كبير منه- من خلال الطرح.

الوصف والتفسير والعلاج والنموذج التحليلى

كما فعلنا فى مناقشتنا لنظرية السمات، نستطيع أن نتناول مرة أخرى أين نحن فيما يتصل بجيرالد والأفراد الآخرين الذين يعانون من صعوبات نفسية. أولاً، فى سياق الوصف، يبدو أن النظرية التحليلية ونظرية العلاقة بالموضوع يمداننا بالأساس اللازم لوصف ممتاز لصعوبات جيرالد. فمشاعره نحو نفسه تصفها النظريتان بشكل جيد، كما هو الحال مع مشكلاته فى علاقاته الرومانسية. يعانى جيرالد من المعايير المبالغة فى الصرامة، ومن لوم الذات كما يصفها المحللون النفسيون. كما أن تقويمه المثالى لشريكته الأخيرة وانهياره بعد إحباطه فى العلاقة،

---

(١) Pathology

بالإضافة إلى تاريخ صعوباته فى تكوين العلاقات؛ يتفق ذلك كله مع أساليب التعلق غير الآمن كما يصفها منظّرو العلاقات بالموضوع ومنظّرو التعلق.

ويعرض النموذج أيضًا تفسيرًا لصعوبات جيرالد. ففى الواقع، يتفق افتراض أن فقدانه لتقدير ذاته أو خسارته لعلاقة حب هو السبب المباشر للاكتئاب اتفاقًا تامًا مع موقفه. ففى حالة جيرالد نجده قد خبر إحباطات فيما يتصل بكل من اختيار مساره المهنى، وكذلك فى الجانب الرومانسى. وبجانب ذلك، هناك دليل على نمو معايير صارمة (أى: أنا أعلى[1]) لديه فى عمر مبكر، وكذلك على علاقة متناقضة وجدانيًا[2] مع أمه التى كانت مغذية ومتسامحة للغاية أحيانًا، وقاسية ورافضة جدًا فى أحيان أخرى. وفى الرشد أقام جيرالد علاقات متناقضة وجدانيًا مع النساء، يسعى نحو الاقتراب منهن، لكنه يظل دومًا خائفًا من الرفض وغير قادر على ترسيخ مودة حقيقية.

وأخيرًا، نأتى للوصفة العلاجية. تقترح النماذج التى نتناولها الآن طريقة لتخفيف[3] اكتئاب جيرالد ومساعدته على إقامة علاقات ذات معنى أكبر فى المستقبل. ومن المفترض أنه سيرى –من خلال العلاج– كيف كانت معاييره صارمة وغير واقعية وقاسية، وسيرى الثمن الذى دفعه مقابل مشاعره بالذنب والغضب المتجه نحو الداخل. وسوف يتم ذلك من خلال تحليل كل من الأنماط الراهنة فى علاقتها بالأنماط المترسبة مبكرًا فى الحياة، وأيضًا من خلال تحليل الخبرات فى موقف الطرح أو الموقف العلاجى نفسه. ومن ثم، ربما تكون لدى جيرالد الفرصة لاكتشاف ما إذا كان المعالج قد قوّمه بقسوة كما قوّم نفسه، وما إذا كان المعالج سيرفضه إن لم يكن "المريض النموذجى".

بعد أن قلنا كل هذا؛ هل تفترض البحوث أن التحليل النفسى "مؤثر"، وهل

---

(١) Superego

(٢) Ambivalent

(٣) Alleviating

يؤثر بهذه الطريقة؟ بعبارة أخرى، هل يمكننا قياس التغييرات التى تحدث؟ وهل تتطابق مع التغييرات الموصوفة مبكرًا؟ وهل يمكننا تتبع عملية التغيير عبر مسار العلاج لتحديد المكونات العلاجية(١) للتغيير؟ إنْ هذه لسلسلةٌ للبحث طويلة، كما أنها مسألة شديدة التعقيد، وهو ما سنناقشه تفصيلاً فى نهاية الفصل. وربما لا يوجد فى بحوث الشخصية مهمة أصعب من تقويم التغير فى الشخصية، وتقويم العملية العلاجية فى ارتباطها بهذا التغير.

سيكون لدينا المزيد لنقوله حول البحوث الخاصة بالنتائج العلاجية فى نهاية الفصل الحالى. ويكفى هنا القول إن دراسات تقويم التحليل النفسى، أو العلاج تحليلى التوجه، لا يتوفر لها فريق كبير من المؤيدين (Crits–Christoph, 1992; Elkin et al., 1989; Sloane, Staples, Cristol, Yorkston, & Whipple, 1975; Wallerstein, 1989). وهذا لا يعنى القول إن مثل هذا العلاج غير فعال، بل الأحرى القول إنه لم يتم إظهار أنه أكثر فمرتفعة بشكل عام من العلاجات الأخرى فى تقديم أنواع محددة من التغيير. ويركز الباحثون ذوو التوجه التحليلى فى الوقت الراهن انتباههم على محاولة فهم ما يدفع للتغيير فى العملية التحليلية، كمقابل لتقويم ما إذا كان التغيير يحدث أو لا (luborsky, Barber, & Beutler, 1993; Messer & Warren, 1990). وينصب التأكيد الأكبر على طبيعة العلاقة العلاجية، وخاصةً قدرة المعالج على تقديم تعليقات تفسيرية فى توقيت ملائم، وبطريقة تؤدى إلى الاستبصار والنمو. بعبارة أخرى، بدلاً من التركيز على التقويم الكلى للعملية، هناك جهد يُبذل لتقويم إلى أى مدى تحضُر المكونات العلاجية الأساسية، وأثر حضورها أو غيابها على التغيير.

مناحى معالجة المعلومات المعرفية الاجتماعية

نتناول فى هذا الجزء المناحى التى تتناول الأداء غير التكيفى والتغيير،

(١) Therapeutic Ingredients

والمتعلقة بالنموذج الثالث – المناحى الاجتماعية المعرفية ومعالجة المعلومات. يُعد منظّرو وممارسو هذا المنحى، من نواح عدة، جماعة أكثر تشعبًا بكثير من أولئك التابعين لمناحى السمات أو المناحى التحليلية.

تشمل المناحى المعرفية أساسًا كل النظريات والممارسات التى تركز على كيفية معالجة الشخص للمعلومات، أى عمليات الانتباه للمعلومات وتشفيرها(١) وتخزينها(٢)، وتذكرها واسترجاعها(٣). وتدخل هنا مفاهيم مثل معتقدات العزو(٤) (مثال: Seligman, Weiner)، والمخططات عامة، ومخططات الذات خاصة. والجوهرى هنا هو النظر للمعارف(٥) والعمليات المعرفية بوصفها ما يحدد الانفعالات والسلوكيات الإشكالية، وأن هذه المعارف والعمليات المعرفية هى ما ينبغى أن يتغير من أجل تحسين حالة الشخص النفسية. وهنا يُرى المعالج، بشكل عام، مشاركًا نشطًا فى عملية التغيير، حاثًا المريض ليقوم بفحص معارفه وتجريب طرق بديلة للتفكير والسلوك.

ونتناول، فى هذا الجزء من الفصل ثلاثة مناحٍ. واخترناها نظرًا لأهميتها التاريخية، ولأنها تمثل التنوع داخل مجموعة المناحى المعرفية ككل. ولتأثيرها على النظرية والممارسة.

نظرية البناء الشخصى لكيلى

تناولنا فى الفصل الثالث نظرية البناء الشخصى لكيلى (Kelly, 1995) بوصفها نموذجًا موضحًا لتناول معرفى مبكر للشخصية. وكما لاحظنا، نظر كيلى إلى الشخص بوصفه عالمًا وصاحب نظرية أو نسق من البناء، حيث الأبنية هى طرق تفسير الأحداث أو رؤيتها. والغرض من نسق البناء هو التنبوء بالأحداث.

---

(١) Encoding
(٢) Storing
(٣) Retrieving
(٤) Attributional Beliefs
(٥) Cognitions

فإذا كان نسق البناء نظرية؛ تبع ذلك أنه كلما كان هذا النسق أفضل؛ اتسع مدى الأحداث التى يمكن أن يتنبأ بها الشخص بدقة. ويختلف الأفراد فى الأبنية التى يستخدمونها لتفسير العالم وفى الطرق التى تنتظم بها أبنيتهم.

كيف يرتبط مثل هذا النسق بالأداء النفسى غير التكيفى والتغير العلاجى؟ ليس من المفاجئ أن كيلى قد نظر إلى المرض النفسى فى سياق الأداء المضطرب لنسق البناء، وللعلاج فى سياق الإجراءات التى تساعد الشخص على تطوير أبنية جديدة وأفضل، وكذلك تطوير نسق بناء أكثر تكاملاً. فما المقصود بالأداء المضطرب لنسق البناء؟ إن العالِم الفقير هو من يصر على نظرية ما، ويقوم بنفس التنبؤات على الرغم من إخفاق هذه التنبؤات عندما تختبر بحثيًا. وبالمثل، فسر كيلى المرض النفسى على ضوء تمادى أبنية الفرد فى البقاء، على الرغم من تكرار إثبات عدم صدقها. والعالم الردىء هو من يصوغ البيانات لتناسب النظرية، أو يجعل أجزاء مختلفة من النظرية تناسب البيانات حتى لو كانت هذه الأجزاء لا تنضم أبدًا. هكذا، فسر كيلى المرض النفسى بتحريف الشخص للأحداث لتناسب نسق البناء، أو استخدام نسق البناء بأساليب فوضوية مشوشة[1] بحيث لا يعود لبنيته معنى. فمثلاً، افترض كيلى أن الأفراد يمكنهم جعل أبنيتهم مفرطة *النفاذية*[2] (بما يسمح لأى محتوى تقريبًا بالنفاذ إلى داخلها) أو مصمتة[3] تمامًا (بما لا يسمح بأى معلومات جديدة تقريبًا). أو يمكن أن *يضَيِّق* الأفراد أداء نسقهم البنائى بحيث تنتج التنبؤات نفسها بصرف النظر عن الظروف، أو يوسعوا من هذا الأداء إلى الحد الذى تصبح فيه التنبؤات شديدة التنوع لدرجة تكاد تكون مشوشة.

فلماذا يمكن أن تحدث مثل هذه الاضطرابات فى أداء نسق البناء؟ وفقا لكيلى، تُعد اضطرابات نسق المفاهيم استجابات للقلق، والخوف، والتهديد. هذه مصطلحات

---

(١) Chaotic

(٢) Excessively Permeable

(٣) Impermeable

مألوفة؛ إلا أن كيلى يعرضها بشكل يجعلها تنطبق على نظريته عن البناء الشخصى. حيث يحدث **القلق** عندما لا تنطبق أبنية الفرد على الأحداث، ويحدث **الخوف** عندما يوشك بناء جديد على الدخول فى نسق الأبنية، ويحدث **التهديد** عندما يعى الشخص تغيرًا مرتقبًا شاملاً فى نسق البناء. بعبارة أخرى، تُعد اضطرابات نسق البناء استجابات للإحساس بأن نسق بناء الفرد لا يعمل جيدًا، أو أن المرء يحتار فى كيفية فهم الأحداث والتنبؤ بها، أو أنه أصبح من الضرورى إحداث تغيير دال فى نسق البناء. ومع ذلك، وبما أن مثل هذا التغير يصاحبه تهديد، فمن الممكن توجيه الجهد نحو الاحتفاظ بالنسق، حتى وإن كان نسقًا محرفًا ومشوهًا. هكذا، بدلاً من توسيع نسق البناء وضبط موجته، قد يلجأ الأفراد فى جعل أبنيتهم منفذة أو مصمتة بإفراط، قد يفرطون فى تضييق وتحديد نطاق تنبؤاتهم أو يفرطون فى توسيعها وفتحها. فضلاً عن ذلك ربما يتصرفون بطرق عدائية لإجبار الآخرين على التصرف بطرق تتطابق مع تنبؤات نسق بنائهم الخاص.

ربما يكون القارئ قد اكتشف بالفعل شيئًا مثيرًا جدًا فى رؤية كيلى للأداء المضطرب لنسق البناء – إنه نموذج للقلق والدفاع فى المقام الأساس (Pervin, 1993b). ورغم أنه مختلف جوهريًا عن نموذج فرويد فى القلق والدفاع، إلا أنه يظل، مع ذلك، نموذجًا لهذين المفهومين نفسيهما. لا يكمن مصدر القلق فى الغرائز أو الرغبات، بل يكمن بالأحرى فى مشكلات التنبؤ. ليست الاستجابة دفاعًا ضد إدراك الرغبة الغريزية والتعبير عنها، بل هى بالأحرى ضد التغيير الشامل فى نسق البناء. ورغم هذه الفروق الجوهرية؛ فإن هناك، مع ذلك، رؤية موازية للأداء المضطرب لنسق البناء بوصفه استجابة للقلق، والخوف، والتهديد.

فماذا إذن عن الإصلاح العلاجى والنمو؟ لكيلى نموذج فى العلاج يختلف تمامًا عن نموذج فرويد. فإذا كانت المشكلة هى أن الشخص يؤدى كعالم ردىء، فإن الحل هو مساعدة هذا الشخص ليصبح عالمًا جيدًا؛ فكيف يتم ذلك؟ وفقًا لكيلى،

لابد أن نشجع الشخص لتبنى *حالة مزاجية مرحبة*[١] حيث يمكن استكشاف أفكار وفروض جديدة. ويجب على المعالج المساعدة فى ترسيخ *مناخ للتجريب* يمكن فيه اختبار ملاءمة أبنية (فروض) جديدة، ويمكن إجراء التجارب لاستكشاف بيانات جديدة، كما مراجعة الأبنية (الفروض) المتعلقة بالذات والآخرين على أساس الدلائل الواقعية. وبتصرف المعالج كناصح أمين[٢]–بالتأكيد كناصح أمين أكثر منه شاشة بيضاء يعكس عليها المريض ردود فعله الطرحية–؛ فقد حاول كيلى مساعدة المريض على تصميم التجارب، واختبار طرق جديدة للسلوك، وأن يفكر فى أساليب جديدة لتفسير الأحداث. لم يكن العلاج شيئًا أقل من إعادة بناء نسق المفاهيم، ويلعب المعالج دورًا كبيرًا فى محاولة إتاحة مناخ وخبرات محددة، يمكنها تيسير مثل هذه الإعادة للبناء.

وكما لاحظنا مبكرًا فى هذا الكتاب (الفصل الثالث)، لم تترك رؤى كيلى أثرًا مباشرًا كبيرًا على نظرية الشخصية. وكذلك فرغم وجود مجموعة نشطة من معالجى البناء الشخصى؛ فإن رؤى كيلى حول العلاج لم تترك أثرًا واسعًا على الممارسة العلاجية. أما السؤال عن السبب وراء هذه الحال، فيظل سؤالاً مهمًا، خاصة وأنه قد كان لكيلى الكثير ليقوله على ضوء الارتقاءات الحادثة فى العلاج المعرفى.

النظرية المعرفية الاجتماعية لباندورا

تدرَّب باندروا فى المجال العيادى. ورغم أنه اهتم بتطوير نظرية فى أداء الشخصية الأساسى؛ فقد ظل مهتمًا بفهم الأداء غير التكيفى وبتصميم إجراءات للتغير العلاجى. يرى باندورا هذه المجالات جزءًا ضروريًا لنظرية شاملة فى الشخصية، والأكثر من ذلك أنه يرى أنه لا ينبغى تطبيق إجراءات العلاج إلا بعد فهم الآليات الأساسية المتضمنة، واختبار الطرق العلاجية بشكل مناسب.

---

(١) Invitational Mood

(٢) Mentor

ووفقًا لباندورا (Bandura, 1986, 1999)، يعد السلوك غير التكيفى نتيجة لتعلم مختل. ويحدث مثل هذا التعلم كنتيجة للخبرة المباشرة أو للتعرض لنماذج غير مناسبة. وفى الحالة الأخيرة، من خلال التعلم بالمشاهدة والتشريط بمشاهدة الاستجابات الانفمرتفعة، يتعلم الشخص توقعات واستجابات انفمرتفعة وسلوكية غير تكيفية. ومن خلال الخبرة المباشرة والتعرض للنماذج غير المناسبة ربما يطور الشخص **تقويمات مختلة عن الذات**(١)، إدراكات عن انخفاض الكفاءة الذاتية أو عن انعدام الكفاءة. والكفاءة الذاتية المدركة هى إدراك الفرد أنه يمكنه أداء مهام يتطلبها الموقف أو أن يتعايش مع الموقف. وانعدام الكفاءة المدرك هو إدراك الفرد عجزه عن أداء المهام الضرورية، أو التعايش مع مطالب الموقف. ومن ثم تعد إدراكات انخفاض الكفاءة الذاتية أو انعدام الكفاءة أساسيةً بالنسبة لكل الأداءات النفسية غير التكيفية، كما يتم النظر للزيادة فى الطبيعة الإيجابية لمعتقدات الكفاءة الذاتية بوصفها أساسية فى كل تغير علاجى.

ويؤكد باندورا – كما رأينا– أهمية مشاعر الكفاءة الذاتية بالنسبة للصحة الجسدية. ووفقًا للبحوث التى قُدمت آنفًا؛ ترتبط الكفاءة الذاتية المدركة بأداء الجهاز المناعى للجسم، كما ينظر إلى إدراك انعدام الكفاءة أيضًا بوصفه جوهريًا لخبرات القلق والاكتئاب (Bandura, 1998, 1989a). ووفقًا لباندورا، يؤدى إدراك انعدام الكفاءة المتعلقة بأحداث التهديد إلى القلق، كما يؤدى إلى الاكتئاب إذا تعلق الأمر بالنتائج المثيبة. ففى حالة القلق، يعتقد الأفراد أنهم لا موارد لديهم لمواجهة التهديد. ويشبه ذلك تأكيد لازاروس Lazarus أهمية عملية التقدير الثانوى(٢) (الفصل العاشر). وربما يزداد تعقد إدراك العجز عن التعايش مع الموقف – من خلال إدراك العجز عن مواجهة القلق نفسه – هو استجابة خوف من الخوف يمكنها أن تؤدى إلى هلع (Barlow, 2000). وفى حالة الاكتئاب يعتقد الأفراد أنهم غير

Dysfunctional Self-Evaluations (١)
Secondary Appraisal (٢)

قادرين على نيل النتائج المثيبة المرغوبة؛ ربما بسبب معتقداتهم حول انخفاض كفاءتهم الذاتية أو لأن معاييرهم لكسب المكافآت مرتفعة بشكل مفرط. وبالتالى، عندما يخفقون فى تحقيق معاييرهم تمامًا، فإنهم يلومون أنفسهم ونقص قدرتهم أو كفاءتهم لما حدث.

ما الذى يجب عمله فيما يتصل بمشكلة انخفاض الكفاءة الذاتية؟ وفقًا لباندورا، يُعد التغير فى معتقدات الكفاءة الذاتية جوهر كل عمليات التغير العلاجى. فالمنحى العلاجى الذى تؤكده النظرية المعرفية الاجتماعية هو اكتساب الكفاءات المعرفية والسلوكية من خلال الاقتداء والمشاركة الموجهة(١). ففى **الاقتداء** تُعرض النشاطات المرغوبة من خلال نماذج مختلفة يمرون بنتائج إيجابية أو على الأقل لا يمرون بنتائج مكروهة. وبشكل عام، تُقسم الأنماط المركبة من السلوك إلى مهارات ومهام فرعية تتزايد صعوبتها لضمان التقدم المرجو. وفى **المشاركة الموجهة** نساعد الفرد فى أداء السلوكيات المنمذجة. ومع أن باندورا يقبل أهمية المعتقدات غير التكيفية واللاعقلانية(٢)، والقيمة الممكنة لاختبار مثل هذه المعتقدات، إلا أنه يفترض أيضًا أن الخبرة جزء ضرورى للتغير الفعلى فى معتقدات الكفاءة الذاتية. إن الشعور بالتمكن(٣) هو ما يؤدى إلى تحسن علاجى فى الكفاءة الذاتية المدركة؛ ومن ثم فإن لباندورا رؤية نشطة وخبراتية(٤) لما هو ضرورى بالنسبة للتغير العلاجى.

تشير البحوث التى أجريت إلى أن علاجات الاقتداء يمكن أن تكون فعالة فى علاج القصور فى المهارات الاجتماعية والمعرفية، وفى تحسين معتقدات الكفاءة الذاتية. ومع ذلك، فإن حدود مثل هذه العلاجات غير معروفة، أى أنه يظل من المطلوب إثبات أن علاجات الاقتداء والمشاركة الموجهة، يمكن استخدامها لتغيير معتقدات الكفاءة الذاتية فى حالات القلق الشديد، والاكتئاب الشديد والأشكال الأخرى

(١) Guided Participation
(٢) Irrational
(٣) Mastery
(٤) Experiential

من الاختلالات النفسية. فمن غير المعروف كيف يمكن تطبيق هذه الأساليب على اضطرابات نفسية أخرى، كاضطراب الشخصية النرجسية على سبيل المثال. لقد مثل مفهوم الكفاءة الذاتية إسهامًا كبيرًا فى التراث المعرفى الاجتماعى، واستُخدِم فى كثير من دراسات تقويم العلاج النفسى، ومع ذلك، كان الأثر المباشر للنظرية المعرفية الاجتماعية على الممارسة العلاجية محدودًا.

النظرية المعرفية والعلاج المعرفى لبك

ربما لم يكن هناك منحى معرفى لفهم الأداء غير التكيفى للشخصية وعلاجه أكثر تأثيرًا من منحى هارون بك Aaron Beck. تدرب بِك كطبيب نفسى ومحلل نفسى، وعمل مع مرضى مكتئبين، ومن هنا بدأ يتأثر بالمعتقدات المعرفية اللاعقلانية وغير التكيفية لمرضاه. ومع إحباطه وتحرره من الأساليب التحليلية؛ طور بِك منحًى معرفيًا للعلاج. فوفقًا لبِك (Beck, 1987; Beck & Weishaar, 1995)، تنتج الصعوبات النفسية من مخطط معرفى سلبى يتصل بالذات والآخرين، ومن الأفكار الآلية[1] والتصورات المختلة.

ويمكن النظر لوجهة نظر بِك فى المرض النفسى من أفضل زاوية، فيما يتصل بمشكلة الاكتئاب، حيث منشأ إنجازه وتأثيره الأكبر. ويؤكد نموذجه فى الاكتئاب أهمية ثلاثة **مخططات سلبية تُعرف بالثلاثى المعرفى للاكتئاب**[2]. وتتضمن هذه المخططات رؤى للذات وللعالم وللمستقبل- فالمكتئب يرى ذاته فاشلةً، ويرى العالمَ محبِطًا، ويرى المستقبل معتمًا. وتتضمن الرؤى السلبية للذات قضايا ذاتية مثل "أنا غير كفء، وغير مرغوب فى، ولا أستحق شيئًا". وتتضمن الرؤى السلبية للعالم قضايا مثل "متطلبات العالم أكثر مما أحتمل، وتمثل الحياة بالنسبة لى انكسارًا مستمرًا"، وتتضمن الرؤى السلبية للمستقبل عبارات "ستتضمن الحياة دائمًا المعاناة والحرمان اللذين أعانيهما الآن". بالإضافة إلى ذلك، فالمكتئب معرض لخطأ

---

(١) Automatic Thoughts

(٢) Cognitive Triad Of Depression

معالجة المعلومات، مثل تضخيم مشكلات الحياة اليومية لتتحول إلى كوارث، وتعميم حدث مفرد ليتحول إلى اعتقاد – مثلاً– بأنه "لا أحد يحبنى".

باختصار، يؤكد النموذج المعرفى لبك أهمية دور المعتقدات الآلية الخاطئة (المخططات) والمعالجة غير التكيفية للمعلومات (مثال، التقديرات الخاطئة) فى خلق انفعالات سلبية مؤلمة واستجابات سلوكية غير تكيفية. إنها المعارف غير التكيفية التى تؤدى إلى انفعالات إشكالية واضطرابات نفسية. وتتميز الاضطرابات المتنوعة من خلال أنماط المخططات المعرفية المصاحبة لها. فمثلاً، فى الاكتئاب تتصل هذه الأفكار بالإخفاق وكفاءة الذات، بينما تتصل بالخطر عند من يعانون من مشكلات القلق (Clarck, Beck, & Brown, 1989). ومهمة العلاج المعرفى هنا مساعدة الشخص على تحديد وتصحيح هذه التصورات المحرّفة، والمعتقدات المختلة، والأساليب الخاطئة فى معالجة المعلومات. ويتضمن العلاج خبرات تعلم خاصة، وهى خبرات مصممة لتعليم الشخص رصد أفكاره الآلية السلبية، وتعرُّف كيف تؤدى هذه الأفكار إلى مشاعر وسلوكيات إشكالية، ولفحص الدلائل المتوفرة مع وضد هذه الأفكار، ولتكوين تفسيرات بديلة ذات توجهات أكثر التزامًا بالواقع لتحل محل المعارف الإشكالية. وبالإضافة إلى اختبار منطق المعتقدات، وصدقها، وقابليتها للتكيف؛ وتُستخدم الواجبات السلوكية[1] لمساعدة الشخص على اختبار المعارف غير التكيفية وتطوير مهارات اختبار فروضها. وبشكل عام يركز العلاج على المعارف المستهدفة المحددة، التى يُنظر إليها بوصفها مساهمة فى المشكلة.

ويمكن أن نرى منحى بك لعلاج الاكتئاب فى دراسة حالة منشورة (Young, Beck & Weinberger, 1993). هى امرأة شابة تعانى من اكتئاب، وصراع زواجى، وصعوبة فى التعايش مع أطفالها. وبدأ العلاج باستخلاص[2] أفكارها الآلية ومخططها السلبى عن الذات. فمثلاً، كانت واحدة من أفكارها الآلية أنها لن تكون

---

(1) Behavioral Assigmments

(2) Elicitation

أفضل مما هى عليه، وأنها ستبقى للأبد أسيرة موقفها الراهن. وكان أحد مخططاتها هو أن الناس لا يهتمون بها فعلاً. وتعلق مخطط آخر بكونها غير كفء. ولم تكن هذه الأفكار والمخططات السلبية لاشعورية من حيث كونها مكبوتة، بل كانت غير شعورية بمعنى أنها آلية، ولم تكن المريضة واعية بها حتى تم فحصها بمساعدة المعالج.

بعد استخلاص الأفكار والمخططات المختلة، يُدخل المعالج المريض فيما يسمى عملية *الواقعية التعاونية*(١)، حيث يشترك المعالج والمريض فى هذه العملية كفريق متعاون لفحص الأفكار والمخططات الإشكالية، بطريقة تشبه كثيرًا ما يفعله العلماء. فمثلاً، فى كل مرة رأت المريضة نفسها "غبية" أو "غير كفء"، قامت هى والمعالج بفحص أساس مثل هذه الأوصاف الذاتية. هل كانت "غبية" لأنها لم تكن على وعى بهذه الأفكار الآلية من قبل، أم كان المعالج قادرًا على أن يعى هذه الأفكار بسبب تدريبه؟ هل كان خطؤها مؤشرًا على انعدام كفاءتها أم يرجع لكونها إنسانة؟ هل كان من المتوقع منها أن تبين كفاءتها أو تكتسبها إذا كانت قد بقيت فى السرير معظم اليوم؟ وبالإضافة إلى مثل هذا الفحص والتحليل العقلانى، أعطاها المعالج مهام محددة وواجبات منزلية. فمثلاً، كان يطلب منها الاحتفاظ بتسجيل يومى لأفكارها المختلة، وأن تفحص الأفكار والتفسيرات البديلة للأحداث. علاوة على ذلك كان عليها أن تتدرب على طرق جديدة فى التفكير والسلوك. كانت المشكلات تُقسم إلى *مهام متدرجة*، أو خطوات أصغر حتى يمكن تحقيق تقدم، وزيادة الإحساس بكفاءة الذات. على سبيل المثال يمكن تقسيم مهمة كتابة مقالة كبيرة إلى مهام أصغر تتكون من كتابة الأفكار العامة وفقرات محددة. فبينما تبدو كتابة مقالة كبيرة أمرًا هائلاً؛ فإن كتابة الأفكار العامة والفقرات القليلة يبدو أمرًا قابلاً للتنفيذ.

يتضح من هذا العرض تركيز هذا التوجه العلاجى على المعارف الإشكالية،

---

(١) Collaborative Empiricism

كما يتضح كونه منحى نشطًا ومنظمًا ومتمركزًا حول المشكلة. لقد تمت مساعدة المريضة المشار إليها للتغلب على اكتئابها على مدار عشرين جلسة. بالإضافة إلى أنها قررت أنها ستتدبر أمرها دون الاعتماد على زوجها غير المساند الذى لا يُعتمد عليه. عندما ظهرت المشكلات فى العلاج تم النظر إليها بوصفها اضطرابات اتجاهية أكثر من كونها علامات للمقاومة؛ أى أنه فى مثل هذه الظروف، يبحث المعالج عن دلائل على معارف خاطئة أخرى بدلاً من النظر إليها بوصفها مناورات دفاعية لها دوافع معينة.

أضواء على باحث

(آرون ت. بِك Aaron T. Beck)

المعرفة وراء اضطرابات الشخصية

عندما كنت أعالج المرضى فى أواخر الخمسينيات، لاحظت أنهم يظهرون نمطًا محددًا من التحيز المعرفى فى الطريقة التى يفسرون بها خبراتهم الحياتية – الماضية والحالية والمستقبلية. أظهر المرضى المكتئبون تحريفًا منتظمًا فى اتجاه الشعور بالهزيمة والحرمان، وأظهرمرضى القلق هذا التحريف فى اتجاه التهديد والانجراح الشخصى؛ ويظهرمرضى الغضب التحريف عندما يُخَطَّئون بشكلٍ ما. وتأكدت الملاحظات العيادية عبر عدد من الدراسات المنظمة لمبحوثين إكلينيكيين وغير عياديين.

ومع إدراك أن وراء كثير من اضطراب الأعراض كالقلق والاكتئاب هناك

اضطراب فى الشخصية، بدأت أركز على الأساس المعرفى لاضطرابات الشخصية. واكتشفت أن كل هذه الاضطرابات يمكن أن تتسم بمجموعة معتقدات ذات خصائص متفردة. فللشخصية الاعتمادية، مثلاً، معتقدات من قبيل "اذا لم يوجد أحد لمساعدتى والاعتناء بى؛ فلن أكون قادرًا على القيام بوظائفى". ويمكن أن تكون معتقدات الشخصية التجنبية كالتالى: "بما أننى لا أتحمل الرفض، فعلىَّ أن أظل بعيدًا عن أى موقف أكون فيه مستهدفًا". وأصبح واضحًا أن هذه المعتقدات لا تقتصر على المرضى، بل هى خصال البشر عمومًا، وإن كان بدرجة أقل.

واشتمل عملنا العلاجى على تعديل تفكير المرَض الخاطئ ومعتقداتهم المختلة. وامتد بعض تلاميذى السابقين بالبحث الأساسى إلى مدى متنوع من الحالات تتضمن اضطراب مشقة ما بعد الصدمة واضطراب الهلع، والاضطراب ثنائى القطب، والفصام، وأيضًا عدد متنوع من الاضطرابات المسماة بالاضطرابات الطبية مثل ألم الظهر المزمن[١]، والتهاب القولون[٢] وزملة الإنهاك المزمن[٣]. وكل هذه الحالات لها شكلها الخاص من المعتقدات ذات الخصال المتفردة والتفكير المحّرف.

ويتقدم عملى الراهن والمستقبلى نحو مزيد من ربط المنحى العلاجى بعلم النفس المعرفى وعلم النفسى الارتقائى. وتفحص الدراسات المعاصرة نوع معالجة المعلومات التى تحدث فى الاضطرابات المختلفة (مثل، المعالجة الآلية مقابل المعالجة المضبوطة[٤])، وإدراك ما تحت عتبة الشعور[٥] والذاكرة فى كل اضطراب من هذه الاضطرابات. وندرس الآن بُعدين للشخصية: الاستقلال[٦]

Chronic Back Pain (١)
Colitis (٢)
Chronic Fatigue Syndrome (٣)
Controlled Processing (٤)
Subliminal Perception (٥)
Autonomy (٦)

(الأفراد الذين يعتمد إحساسهم بذواتهم على تعريف الذات والتحكم فيها وكفاءتها)، والاجتماعية[1] (الأفراد الذين يعتمد إحساسهم بذاتهم على العلاقات بين الشخص والآخرين)، وذلك لتحديد كيف يرتبط هذان البعدان بالاستهداف للاكتئاب، وكيف يتم التعبير عنهما فى الأعراض المرضية، وكيف يؤثران على استجابات المرضى للعلاج الجمعى فى مقابل العلاج الفردى، والعلاج بالعقاقير الوهمية[2] فى مقابل العلاج الدوائى. وستتضمن دراساتنا المستقبلية أيضًا تقويمًا لمختلف منبئات الانتحار (مثل اليأس وانخفاض تقدير الذات) فى جمهور طبى عام.

من الواضح أن ما نصفه هنا نموذج مختلف تمامًا عن نموذج التحليل النفسى. فهل يؤدى المعالجون المعرفيون عملهم بشكل مختلف عن المعالجين الديناميين؟ يشير تحليل مقارن لتسجيلات مفرغة حرفيًا لجلسات علاج دينامى ومعرفى أن هذه هى الحال فى الواقع (E.E. Jones & Pulos, 1993). وفى هذا البحث وضعت تقديرات لجلسات العلاج تبعًا لوجود أو غياب خصائص مختلفة متعلقة بشكل أو آخر من أشكال العلاج. ورغم اشتراك شكلى العلاج فى بعض الخصال (مثال، صورة الذات هى بؤرة المناقشة)، فقد كانت هناك أيضًا فروقًا ضخمة بينهما [جدول ١١–٢]. ففى العلاجات الدينامية هناك اهتمام بإثارة الوجدان، وبإحضار المشاعر المُربكة إلى الوعى، وبتكامل الصعوبات الراهنة مع خبرات الحياة الماضية، وباستخدام العلاقة بين المعالج والمريض كعامل مغير. وعلى الجانب الآخر، هناك تأكيد فى العلاجات المعرفية لأهمية التحكم فى الوجدان السلبى من خلال استخدام العقل من جانب المريض، والمساندة والتشجيع والتوكيد من جانب المعالج. ويتناسب هذا بالطبع مع الفروق التى يؤكد عليها المنحيان فى العلاج.

---

(١) Sociotropic

(٢) Placebo

الأفكار والاكتئاب. تؤكد النظريات المعرفية أهمية دور الأفكار السلبية المختلة فى نشأة الاكتئاب

جدول (١١-٢)

فروق توضيحية بين العلاجات الدينامية والعلاجات السلوكية المعرفية

خصائص العلاج الدينامى:
١- المعالج حساس تجاه مشاعر المريض ومنسجم ومتعاطف معه.
٢- يركز المعالج على مشاعر الذنب لدى المريض.
٣- يحدد المعالج مواضيع تتكرر فى خبرة المريض وسلوكه.
٤- يؤكد المعالج مشاعر المريض لمساعدته على معايشتها بشكل أعمق.
٥- يتم ربط مشاعر المريض أو إدراكاته بمواقف ماضية أو سلوك سابق.
٦- تتم مناقشة المشاعر والخبرات الجنسية.

خصائص العلاج السلوكى المعرفى:

١- تتمركز المناقشة على القضايا المعرفية (حول الأفكار أو نسق المعتقدات).

٢- يتصرف المعالج بطريقة تشبه المعلم (تعليمية).

٣- يتم مناقشة نشاطات أو مهام محددة للمريض ليحاول أداءها خارج جلسة العلاج.

٤- يقدم المعالج خبرة أو حدثًا من منظور مختلف.

٥- يتم التمييز النشط بين المعانى الواقعية والمعانى الخيالية للخبرات.

٦- يقدم المعالج نصحًا وتوجيهًا صريحًا (فى مقابل الامتناع عن ذلك حتى ولو تحت ضغط).

Source:"Comparing the Process in Psychodynamic and Cognitive Behavioral Therapies," by E.E. Jones and S.M. Pulos, 1993, *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61*, pp. 312–313.

بحوث نتائج العلاج

هل يؤثر العلاج المعرفى؟ يشير عدد من الدراسات التى اهتمت بالنتائج أن العلاج المعرفى إجراء علاجى فعّال، خاصة فى علاج المرضى المكتئبين (Chambless & Gillis, 1993; Elkin et al., 1989; Hollon, Shelton, & Davis, 1993; Imber et al, 1990; K. D. O'Leary & Wilson, 1987; Robins & Hayes, 1993). ومع ذلك، لم يتم إثبات أنه أكثر فمرتفعة من الأشكال الأخرى للعلاج. بالإضافة إلى ذلك يظل من غير الواضح كيف يعمل العلاج المعرفى، وما إذا كانت التغييرات الناتجة قاصرة على هذا الشكل من العلاج (Robins & Hayes, 1993)، وهى مسألة سنعود إليها فى نهاية الفصل. وربما كان الأمر الأكثر دلالة، من زاوية نظرية، أنه لم يُثبَت بعد أن المكونات المفتاحية فى التغير العلاجى تكمن فى تغيير المعتقدات وطرق معالجة المعلومات (Hollon, DeRubeis & Evans, 1987; Whisman, 1993). بعبارة أخرى، من المحتمل أن التغييرات فى المعتقدات المعرفية وطرق معالجة المعلومات تصاحب، أو حتى تتبع التغيرات الانفعالية والسلوكية.

وتلقى دراسة حديثة وتعليقات مرتبطة بها، الضوءَ على مشكلة عمليات التغير العلاجى (Tong & DeRubeis, 1999a, 1999b). ففى هذه الدراسة، أجريت تحليلات لجلسات علاج مرضى مكتئبين تعرضوا للعلاج السلوكى المعرفى. وقد تلقى المرضى جلستين أسبوعيًا خلال الأسابيع الـ ٤ – ٨ أسابيع الأولى، ثم جلسة واحدة أسبوعيًا حتى نهاية العلاج، وقد وصلت مدة العلاج إلى ٢٠ جلسة خلال ١٢ أسبوعًا أو ١٦ أسبوعًا. وتم تطبيق *بطارية بك للاكتئاب*(١) قبل كل جلسة. ونتج عن تحليلات درجات البطارية تعيين نمط سُمِّيَ *المكاسب المفاجئة*(٢)؛ حيث تحسنت درجات مرضى الاكتئاب فجأة فى مرحلة من المراحل التى تفصل بين الجلسات! فهل كانت هذه المكاسب الفجائية عشوائية؟ أم من الممكن ربطها باختراق علاجى مفاجئ وفَّر استبصارًا بالعمليات العلاجية الداخلة فيه؟ وهل يمكننا تحديد الأسباب المحتملة للمكاسب الفجائية فى الجلسات السابقة على هذه المكاسب؟

أولاً: تم تمييز المرضى الذين خبروا المكاسب الفجائية عن المرضى الذين لم يخبروها. وتمت مقارنة المجموعتين على درجات بطارية الاكتئاب عند بداية العلاج، وعند نهاية العلاج وعلى مدد متابعة ٦ و١٢ و١٨ شهرًا بعد نهاية العلاج. وحقق المرضى الذين حصلوا على مكاسب فجائية فى العلاج نتائج أفضل بشكل واضح، عند نهاية العلاج وفى مراحل المتابعة الثلاث، وذلك أكثر من المرضى الذين لم يحصلوا على مثل هذه المكاسب [شكل ١١–٣]. وفى الواقع، بدا أن كثيرًا من التحسن العلاجى قد حدث أثناء مراحل المكاسب الفجائية هذه. فهل يمكن تحديد المكونات العلاجية الفعالة فى الجلسات السابقة على التحسن الفجائى؟ لقد تم تحليل التسجيلات الصوتية لهذه الجلسات بهدف اكتشاف صلة هذا بعدد من مكونات التغير المعرفى المحتملة (مثل، إحضار المعتقد إلى الوعى، تحديد خطأ فى معتقد أو عملية معرفية، الوصول إلى مخطط جديد) وتم جمعها لتشكل "مقياس التغير المعرفى

---

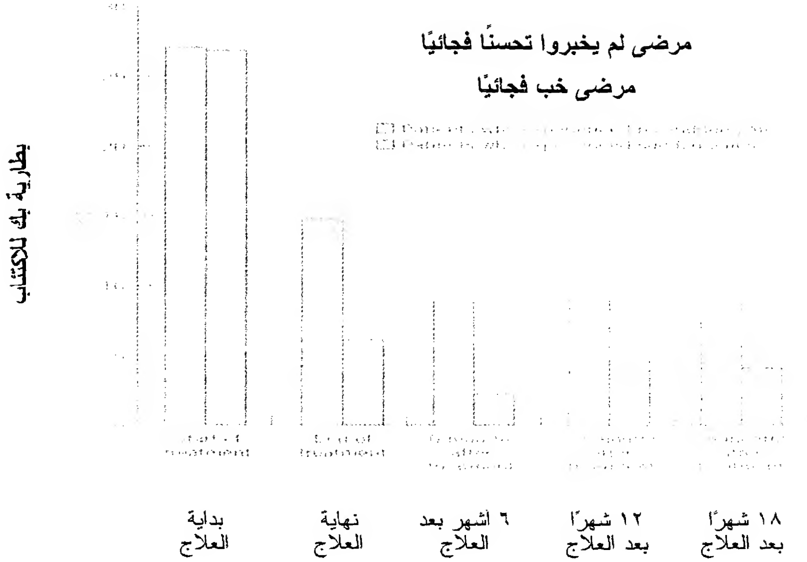
(١) The Beck Depression Inventory

(٢) Sudden Gains

للمريض"[1] بالإضافة إلى ذلك قد تم قياس أوجه التقارب بين المعالج والمريض فى كل جلسة. وأشارت البيانات إلى أن هناك تغيرًا معرفيًا أكبر فى الجلسات السابقة للمكسب عن الجلسات الأخرى، ولم يميز قياس أوجه التقارب بين المعالج والمريض بين الجلسات السابقة للمكسب والجلسات الأخرى. باختصار، بدا أن التغييرات المعرفية هى العامل العلاجى المهم. ورغم الطبيعة الباهرة للنتائج؛ فإن عددًا من ممارسى العلج السلوكى المعرفى يحذرون من أن هذه التفسيرات للنتائج تظل مفتوحة للسؤال، فيشيرون إلى أن المكاسب تبدو أكثر فجائية وتبكيرًا بالنسبة لمرحلة العلاج من أن يكون لها مثل هذه التأثيرات الدرامية، وإلى أنه من الممكن أن ترجع هذه المكاسب لعوامل أخرى غير محددة فى العلاج، بمعنى أنه بدلاً من أنْ ترجع المكاسب للتغييرات المعرفية المفترضة، ربما ترجع لعوامل أخرى شائعة فى أشكال كثيرة من العلاج (Rachman, 1999; G.T. Wilson, 1999).

---

(١) Patient Cognitive Change Scale



شكل [١١-٣] نتائج المرضى الذين حصلوا على مكاسب فجائية مقارنة بالمرضى الذين لم يحصلوا عليها. (BDI: بطارية بِك للاكتئاب) * $p \leq .05$، *** $p \geq .001$.

العلاج المعرفى: الماضى، والحاضر، والمستقبل

فى مراجعة لماضى العلاج المعرفى وحاضره ومستقبله؛ استنتج **بِك** أن "العلاج المعرفى وفَّى بمعايير نسق العلاج النفسى بتوفيره نظرية متماسكة وقابلة للاختبار فى الشخصية وفى المرض النفسى وفى التغير العلاجى،.... وبكم من البيانات العيادية والواقعية التى تؤيد النظرية وكفاءتها" (1993. P. 194). من الواضح أن لنظرية **بك** ومنحاه فى العلاج أثرًا جديرًا بالاهتمام فى المجال. ومع ذلك، يمكننا أن نتخذ موقفًا متشككًا لمثل هذا التقويم الإيجابى غير المبرهن. فأولاً؛ حتى مؤيدو العلاج المعرفى يصفونه بأنه إجراء علاجى "واعد، إلا أنه لم يختَبر بشكل مناسب بعد"(Hollon et al., 1993, P. 270). وربما كان الأهم، من

منطلق كتاب فى الشخصية؛ أنه يصعب القول إن العلاج المعرفى يمثل " نظرية شخصية متماسكة وقابلة للاختبار"، حيث للعلاج المعرفى بؤرة ملاءمة، ألا وهى طبيعة العمليات المعرفية المضطربة والإجراءات المستخدمة لتغيير مثل هذه العمليات. إلا أن هناك أكثر من ذلك بكثير بالنسبة للشخصية، وإلى الآن لم يقدم العلاج المعرفى سوى القليل ليمتد ببؤرة اهتمامه أو مداها.

الآليات المعرفية الاجتماعية فى المرض النفسى

راجع دودج حديثًا (Dodge, 1993, 2000) الآليات المعرفية الاجتماعية الموجودة فى الأداء غير التكيفى، والتى تركز على تناول تأكيد اضطرابات المسلك[1] والاكتئاب. وتُعد مراجعته مفيدة فى محاولة جمع المفاهيم المتنوعة التى تؤكد أهميتها المناحى الاجتماعية المعرفية ومعالجة المعلومات.

ويلاحظ دودج أنه يمكن رؤية الاستجابة السلوكية للشخص فى موقف ما بوصفها نتيجة لخطوات معرفية، مُعالِجة للمعلومات. والخطوة الأولى فى العملية هى تشفير[2] موقف التنبيه، ويتضمن هذا انتباهًا انتقائيًا لأنواع معينة من المعلومات. وتشمل **الخطوة الثانية** تكوين تمثيل عقلى، وهو تفصيل للإدراك البحت- فهناك معان ترتبط بما يتم تخزينه فى الذاكرة. وعندما يتم التعامل مع التمثيلات العقلية أو استرجاعها؛ فإنها تحضر إلى الوعى مع ما يرتبط بها من خصائص معرفية وانفعالية. ويشكل التعامل مع التمثيلات العقلية وكذلك الاستجابات الممكنة الخطوة الثالثة فى العملية. وفى الخطوة الرابعة يتم تقويم بدائل الاستجابات الممكنة فى ضوء المعيار الأخلاقى و/أو المترتبات المتوقعة على كل منها. وكما يلاحظ دودج، فرغم أن الاستجابات الممكنة تخضع بشكل عام لمثل هذه التقويمات، فإنه يمكن إصدار استجابة دون تقويم ودون تحكم كاف[3] لها. ومن

Emphasizing Conduct Disorders (١)
Encoding (٢)
Inhibitory Control (٣)

الممكن أن يرجع مثل هذا الإخفاق التنظيمى لنقص النضج الارتقائى أو إلى استثارة انفمرتفعة شديدة. وتتصل مع هذا السياق مفاهيم إرجاء الإشـباع(١) والـتحكم فـى الاندفاع(٢). وأخيرًا، يلى هذه الخطوات الأربع تنفيذ الاستجابة المنتقـاة، ويتـصل مفهوم المهارة بالكفاءة التى سيتم بها تنفيذها. باختصار، فـإن الخطـوات الأربـع لمعالجة المعلومات والتى تسبق التنفيذ هى: التشفير، والتمثيل العقلـى، والتعامـل المعرفى مع الاستجابات الممكنة، وتقويمها فى ضوء المترتبات المتوقعة.

ويواصل دودج فيفترض أنه يمكن أن تحدث مشكلات فى كـل خطـوة مـن خطوات العملية. فمثلاً، سيميل العدائيون إلى الالتفات إلى الهاديات العدائيـة فـى الآخرين، بينما يميل المكتئبون إلى الالتفات إلى الهاديات ذات التضمينات الـسلبية لتقدير الذات لديهم. وفى الخطوة الثانية، يكون لكل من التمثيـل العقلـى والعـزو السببى(٣) أهمية خاصة، كما أكد كل من سـليجمان Seligman ووينـر Weiner ودويك Dweck، وعلى حين أن عزو النية العدائيـة يمهـد لمرحلـة الاسـتجابة العدائية؛ فإن أنواع عزو العجز يمهد لمرحلة الاكتئاب. وهنا يصبح توظيف مختلف مخططات الشخص وأبنيته له أهمية خاصة، حيث تندمج معلومات جديدة بالبناءات المعرفية السابقة وتنتج تغييرات فى هذه الأبنية. ويقـارن دودج (Dodge, 1993) بين الأداء المعرفى للأطفال العدوانيين والمكتئبين فى هذه المرحلة كالتالى:

ويظهر كل من الأطفال العدوانيين والمكتئبين أنماطًا محرفة من التمثـيلات العقلية، إلا أن هذه الأنماط تختلف. فيعجز العدوانيون عن تفسير هاديـات نوايـا أقرانهم، وتنحرف أخطاؤهم فى اتجاه عدائية مفترضة من الآخرين. ويؤدى العزو العدائى بالأطفال العدوانيين إلى الانخراط فى عدوان غاضب منتقم. ويفسر الأطفال المكتئبون أيضًا سلوك أقرانهم بوصفه عدائيًا؛ إلا أنهم يعزون سلوك الأقران إلـى

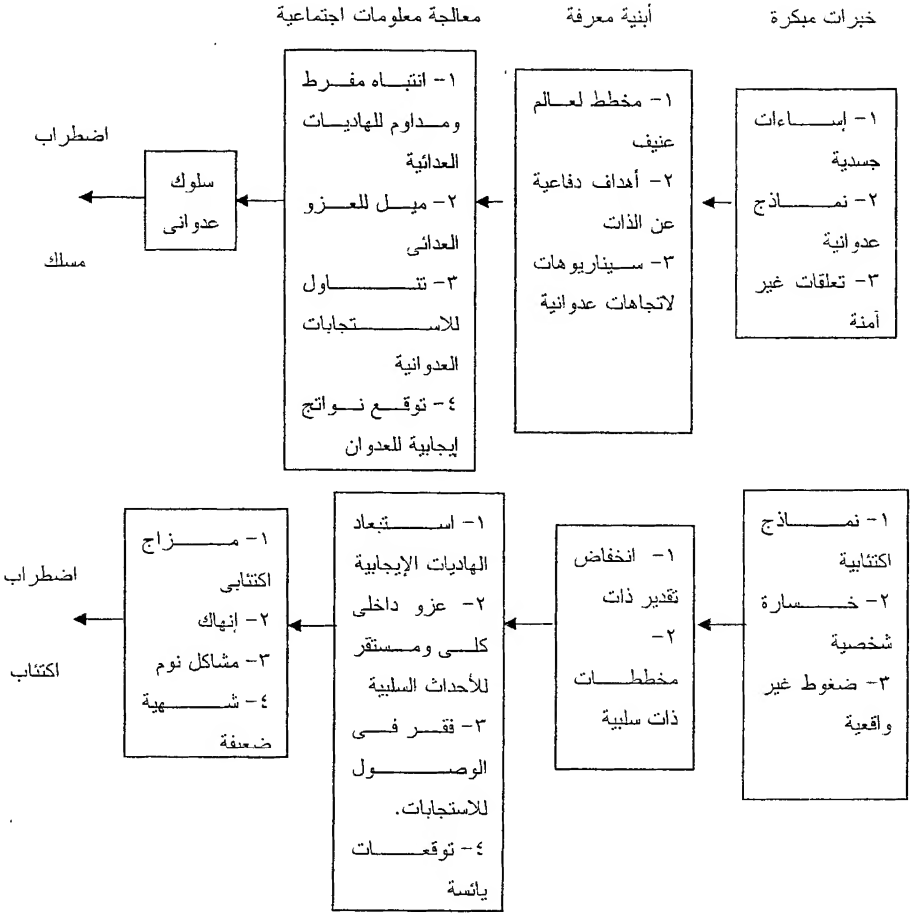
---

(١) Delay Of Gratification
(٢) Impulse Control
(٣) Attributions of Causality

الذات، أى إلى هاديات داخلية كلية ثابتة. وينخرط الأطفال المكتئبون أيضًا فى تفكير مشوه وتعميم مفرط من الأحداث السلبية. ويفترض أن تؤدى أنماط العزو هذه مع الأخطاء المعرفية إلى استثارة الأعراض الاكتئابية (pp. 567-568).

وفيما يخص الخطوة الثالثة، يفترض دودج أن المشكلات يمكن أن تنشأ فيما يتصل بالوصول إلى التمثيلات العقلية والاستجابات المحتملة. مرة أخرى يمكن أن يكون هناك ميل غير موضوعى نحو التعامل مع تمثيلات واستجابات معينة. ربما يكون هناك تصلب يحكم اختيار التعامل مع أى التمثيلات والاستجابات أو ربما يعانى المرء من ندرة البدائل التى يمكنه الوصول إليها بسبب محدودية المخططات. فإذا قارنا مرة أخرى بين الأطفال العدوانيين والمكتئبين، قد يكون العدوانيون قادرين على التفكير فقط فى الاستجابات العدائية، بينما يكون المكتئبون قادرين على التفكير فقط فى الاستجابات السلبية. وبالنسبة لكليهما، لا تكون الأبنية المعرفية البديلة جاهزة للتعامل. وفى الخطوة الرابعة، خطوة تقويم الاستجابات وانتقائها، فإن معتقدات الكفاءة الذاتية لباندورا تصبح ذات أهمية خاصة. فإذا منح الأفراد الاختيار فسيختارون إصدار الاستجابات التى يتمتعون بصددها بمعتقدات كفاءة ذاتية مرتفعة، ويعتقدون أنها ربما تؤدى إلى مترتبات إيجابية؛ فيمكن أن تلعب أهداف الشخص ومعاييره وخططه واستراتيجياته دورًا حاسمًا فى هذه المرحلة من العملية.

أخيرًا، فى مرحلة وضع التنفيذ أو إصدار الاستجابة؛ تتدخل كل من المهارات المعرفية والسلوكية. فمن الممكن أن تنتج الاستجابات السلوكية عن انتقاء ردىء، إلا أنها ربما تنتج أيضًا عن قصور فى مهارة إصدار الاستجابة المنتقاة بشكل مناسب، ومن ثم ستؤثر الاستجابة على موقف التنبيه الذى يتلوها. فمثلاً، لا يميل المكتئبون ميل لإدراك تعبيرات الآخرين الوجهية بطرق غير دقيقة، ولكنهم يستجيبون أيضًا لمثل هذه الإدراكات بأساليب تجعل من المحتمل أن تكون استجابة الآخرين نحوهم سلبية (Persad & Polivy, 1993). وفى مثل هذه الحالة، يصدر سلوك الأفراد مؤكدًا توقعاتهم المشوهة ("التنبؤ بكفاءة للذات") ومن ثم يعاد إنتاج التسلسل نفسه.



شكل [١١-٤] نماذج ارتقاء اضطراب المسلك والاكتئاب. يشير نموذج دودج المعرفى الاجتماعى للأداء النفسى غير التكيفى إلى أن الخبرات المبكرة تؤدى إلى ارتقاء الأبنية المعرفية وطرق معالجة المعلومات التى تؤدى بدورها إلى إصدار السلوكيات الإشكالية.

Source: From "Social-Cognitive Mechanisms in the Development of Conduct Disorder and Depression," by K. A. Dodge, 1993, Annual Review of Psychology, 44, p. 579. Reproduced with permission from the Annual Review of psychology volume 44, copyright 1993 by Annual Reviews.

يقدم شكل [١١-٤] مقابلة دودج بين اضطرابات المسلك العدوانى والاضطرابات الاكتئابية وما يفترضة دودج هو أن الخبرات المبكرة تؤدى إلى ارتقاء فى أبنية معرفية معينة وطرق معينة لمعالجة المعلومات. وترتبط أشكال الأداء غير التكيفى بالفروق فى هذه الخبرات المبكرة وطرق معالجة المعلومات. وهكذا، يمكن فهم مختلف أشكال السلوك غير التكيفى فى ضوء الفروق فى خطوات معالجة المعلومات الموصوفة آنفًا. ولابد من ملاحظة أن دودج لم يفترض أن كل سلوك لا بد أن يتبع التسلسل الكامل، أو أن الشخص يقوم بمعالجة تسلسل واحد فى الوقت الواحد. ومع ذلك يُقدم النموذج بوصفه طريقة مفيدة لتصور مختلف خطوات العملية من إدراك الحدث إلى صدور الاستجابة، وكذلك طريقة مفيدة لتصور الطرق غير التكيفية لمعالجة المعلومات والتى يمكن أن تحدث على طول المسار. وبالمثل، يمكن للمرء اقتراح طرق علاجية لإحداث تغيير مؤثر فى كل خطوة من خطوات العملية، رغم أن دودج لم يناقش ذلك.

الوصف، والتفسير، والعلاج، والنموذج المعرفى

تناولنا فى هذا الجزء عددًا من المناحى المختلفة التى تمثل إجمالاً المناحى الاجتماعية المعرفية، ومعالجة المعلومات فى تناولها للأداء غير التكيفى، والتغير العلاجى. فكيف نقوِّم ما تقدمه هذه المناحى لكلٍ من الوصف والتفسير والعلاج؟ بالإضافة إلى ذلك: كيف ترتبط هذه المناحى بصعوبات جيرالد؟ يبدو أن هذه المناحى تؤدى وظيفة مُرْضِيَة فى وصفها الاضطرابات النفسية، خاصة فى سياق وصفها المعارف الإشكالية والمختلّة. وفى ذات الوقت، لابد أن يكون واضحًا أن مدى الاضطرابات المبحوثة من هذا المنطلق مازال محدودًا. فبؤرة الملاءمة مازالت حول مشكلات القلق والاكتئاب أساسًا، وإلى درجة أقل حول مشكلات فى السلوك الاجتماعى (على سبيل المثال: العدوان، وضعف تأجيل الإشباع).

داخل هذا السياق؛ ليس من المدهش أن نجد وصفًا جيدًا لكثير من صعوبات

جيرالد من خلال هذه المناحى، لاسيما من خلال نموذج بِك المعرفى للاكتئاب. فقد أتى جيرالد فى الواقع بالثلاثى المعرفى للاكتئاب: مخططات سلبية تتصل بذاته، وبالعالم، وبالمستقبل. كما أنه أيضًا ينتقد ذاته للغاية، ويفسر أىّ دليل على كونه أقل من درجة الكمال بوصفه دليلاً على كونه فاشلاً. وكان من الصعب بالنسبة له الاعتقاد بأن أى شخص يمكنه الاستجابة له أو لسلوكه بطريقة لا تتضمن تقويمًا ولا حكمًا. ولم يكن لديه وعى بأن أكثر مفاهيمه كانت تقويمية، وأنه من الممكن أن يستجيب الأفراد له فى ظل أبنية أخرى، إلى أن تمت مناقشة ذلك فى العلاج.

وفيما يخص التفسير؛ يمكننا فهم صعوبات جيرالد، وصعوبات مرضى آخرين، فى ضوء المعارف والمخططات، والتقديرات الخاطئة؛ فهناك نموذج تفسيرى إذن. ومع ذلك، عند هذا الحد تظل الصلة السببية بين المعارف من جهة، والانفعالات والسلوكيات المضطربة من جهة أخرى؛ فى حاجة للتحديد. فهل المعارف الخاطئة هى *السبب* فى الصعوبات، أم أنها *مرتبطة* بالصعوبات، أى أنها جزء من الصعوبات لكنها ليست سببها؟ وهل تسبق المعارف الصعوبات النفسية؟ وماذا يحدث للمعارف عندما تتراجع الصعوبات؟ ولماذا تشفى الاضطرابات إذا تم تصحيح المعارف والعمليات المعرفية المضطربة؟ تتحدى هذه السؤالات أى نموذج نظرى إلا أنها تُعد حاسمة بشكل خاص فيما يتصل بالنموذج موضع التناول.

يُعتبر العلاج جزءًا من بؤرة ملاءمة هذا النموذج، كما لاحظنا، لاسيما فيما يتصل بالقلق والاكتئاب. ويعطينا شرح منحى بِك منطلقًا واضحًا لما سيفعله المعالج المعرفى لمساعدة جيرالد. فسيتم التركيز على المخطط الإشكالى والأفكار المختلة حيث ستكون موضع فحص وتحليل دقيق. وسوف يتم تقويم معاييره المغالية وستوضع إنجازاته السابقة، التى يوجد منها الكثير، موضع الاعتبار. بالإضافة إلى ذلك ستُبذل جهود لإخراجه من منزله ومن عزلته المبنية على خزيه من إخفاقاته. وبطريقة مساندة ومشجعة سوف يساعده المعالج على تصميم مشاريع معينة تكون لها معنى، وقابلة للتنفيذ، ومفيدة فى الحفاظ على تقديره لذاته.

قضايا تتصل بتحليل الأداء غير التكيفى والتغير العلاجى

نتناول فى هذا الجزء قضايا تتصل بالرؤى المختلفة للأداء غير التكيفى وللتغير العلاجى.

الموقف وخصوصية المجال

يختلف كل من نموذج السمة، ونموذج التحليل النفسى، والنماذج المعرفية الاجتماعية فى الدرجة التى يؤكد كل منها أهمية المواقف والسياقات كمقابل للميول والاستعدادات الواسعة. لا تفترض نظرية فى الشخصية استقلال السلوك عن المجال؛ ومع ذلك تختلف النماذج فى المدى الذى ينظر فيه إلى السلوك بوصفه معتمدًا على المجال. وفى هذا الصدد، تقف النظرية المعرفية الاجتماعية بعيدة عن نظرية السمة والنظرية التحليلية. حيث يفترض منظّرو النظرية المعرفية الاجتماعية أن الأداء محدد تحديدًا كبيرًا بالمجال، وأن الشخص يختلف بين المواقف ويستجيب وفقًا لها. ورغم أن الأداء غير التكيفى ربما يكون أكثر تصلبًا، ولذلك يظهر اختلافًا أقل بين المواقف، إلا أنه مازال يُنظر إليه بوصفه مُحددًا بالمجال نسبيًا. وفى المقابل يؤكد كل من النموذج التحليلى ونموذج السمة على الاتساق عبر المواقف والمجالات.

أداء النسق

يفترض مفهوم النسق أن أجزاءً مختلفة تعمل فى ترابط مع بعضها، وأن الأداء الوظيفى لجزء يتأثر بالأداء الوظيفى للأجزاء الأخرى. ومن هذا المنطلق لا يعبر الأداء غير التكيفى عن جوانب مرضية فى أجزاء النسق فحسب؛ ولكن أيضًا عن أداء مضطرب فى النسق ككل. فمثلاً سيؤكد نموذج النسق على الصراع بين كل من الأفكار والمشاعر، وكذلك على الأوجه غير التكيفية لأفكار ومشاعر معينة. وفى هذا المجال، يُعد النموذج التحليلى أكثر النماذج الثلاثة توجهًا لفكرة النسق (Pervin, 1989)، حيث يؤكد بوضوح على التفاعل الدينامى بين القوى (الدوافع،

والحوافز، والغرائز) التى تعمل فى ترابط، أو تناقض، مع بعضها البعض. وفى المقابل، على الأقل فى الوقت الراهن، يؤكد نموذج السمة على الأداء المستقل لكل سمة، أو التأثير الإضافى لسمات معينة، ولا يؤكد النموذج المعرفى الاجتماعى منظور الأنساق أصلاً. ومع ذلك، فمع مزيد من التأكيد الحديث على الصراعات بين الأهداف والذوات الممكنة، بدأ يظهر تأكيد أكبر للمجالات (Mischel, 1999; Mischel & Shoda, 1999).

ويمكن بهذا الصدد أن نرى الفرق بين النموذج التحليلى والنموذجين الآخرين فى الرؤى المصاحبة للتغير العلاجى. فوفقًا للنظرية التحليلية، لا تتغير الاستجابات المنفردة فحسب، ولكن العلاقات الأساسية بين الوحدات البنائية. وفى المقابل، فى منحى أيزنك السلوكى للعلاج، وكذلك فى مناحى العلاج المعرفى، هناك تأكيد على التغيرات فى سلوكيات ومعارف غير تكيفية معينة. وكما لاحظنا آنفًا، يهتم التحليل النفسى بمفهوم المقاومة اهتمامًا ملحوظًا، أى بأجزاء الشخص التى تقاوم التغيير وتجعل التغيير صعبًا، حيث تُفهم المقاومة بوصفها جزءًا محتومًا فى ديناميات أداء النسق وتغيره. وفى المقابل، تولى المناحى السلوكية والمعرفية انتباهًا أقل بكثير لمفهوم المقاومة (Wachtel, 1982).

تأكيد التأثيرات اللاشعورية

يؤكد النموذج التحليلى أهمية التأثيرات اللاشعورية إلى حد أبعد مما يفعل أى من النموذجين الآخرين. وفى السنوات المبكرة للتحليل النفسى، كان يُنظر لإحضار ما كان فى اللاشعور إلى الشعور بوصفه المهمة المركزية للعلاج. واليوم، مازال كثير من المحللين يرون ذلك كمهمة مركزية، إلا أن محللين آخرين يرونه بوصفه مصاحبًا للتغييرات الأخرى (على سبيل المثال، الخبرة الانفعالية المصححة). وعلى الطرف الآخر، هناك إهمال أو رفض من قبل نموذج السمة لأهمية التأثيرات اللاشعورية. وفى الوسط تؤكد النظرية المعرفية الاجتماعية والعلاجات المعرفية،

حيث تؤكد النظرية المعرفية الاجتماعية اللاشعور، والعمليات المعرفية الآلية وتأثيرات مثل هذه العمليات على المشاعر والسلوك (الفصل السابع). وفى المقام الأهم؛ تؤكد العلاجات المعرفية الأفكار اللاعقلانية وغير التكيفية التى يتلفظ بها المرضى أو ينتبهون إليها بسهولة مع مساعدة المعالج. وفى الوقت نفسه يتزايد اهتمام كثير من المعالجين المعرفيين بالأفكار التى تقع خارج وعى المريض، بما يتفق مع تزايد اهتمام النظرية المعرفية بمثل هذه العمليات المعرفية. ويكتب اثنان من ممثلى هذه الوجهة من النظر، إنه لتحول مثير فى الأحداث بالنسبة لمنحى ارتقاءٍ فى الخمسينيات رافضًا التصورات التى استخدمت فكرة الدافعية اللاشعورية والأفكار اللاشعورية..... ومن المؤكد أن هذا لا يجعل أيًا من العلاجات المعرفية مكافئًا للتحليل النفسى، إلا أنه يبين الحكمة فى بعض استبصارات فرويد العيادية (Davison & Neale, 1994, p. 584).

المعرفة، والوجدان، والسلوك

ما العلاقة بين الأفكار والمشاعر والسلوك؟ تاريخيًا؛ كانت هذه قضية كبرى بالنسبة لعلم النفس، وذلك مع تأكيد النماذج المتنوعة سيطرة واحدة على الأخريين. وفى المسائل التى نتناولها، يمكن أن تؤكد النماذج المختلفة أهمية أكبر لإحداها فيما يتصل بالأداء غير التكيفى والتغير العلاجى (Pervin, 2002). وفى الأيام المبكرة للعلاج السلوكى كان الاهتمام منصبًّا على السلوك بشكل حصرى تقريبًا. وكانت الحال هذه بصفة خاصة مع المناحى المتأثرة بمنظِّر التعلم ب. ف سكينر B.F. Skinner. ومع ارتقاء العلاجات المعرفية، انصب اهتمام أكبر على الأفكار، وكيف أن الأفكار اللاعقلانية يمكن أن تؤدى إلى مشاعر غير تكيفية. ويعطى المحللون النفسيون أهمية للاضطرابات فى اختبار الواقع (مثل، قدرة الفرد على إدراك الأحداث بشكل واقعى والتعايش معها وفقًا لذلك) وللعمليات المعرفية بشكل أكثر عمومية. بالإضافة إلى ذلك؛ يؤكد كثير من الباحثين التحليليين الآن أهمية

مفاهيم مثل المخططات والمعتقدات المرضية[1] (على سبيل المثال: المعتقدات الإشكالية عن الذات وعن الآخرين والتي تنمو في الطفولة) (Horowitz, 1991 Weiss & Sampson, 1986). وفي الواقع، هناك دلائل على تقارب الرؤى التحليلية والمعرفية فيما يتصل بدور مخطط الذات السلبي في الاكتئاب (Ouimette & Klein, 1993; Segal & Muran, 1993) ومع ذلك، فإن التأكيد الأكبر في التحليل النفسي ينصب على الوجدان. ويمكن رؤية ذلك في التأكيد على أهمية القلق فيما يتصل بالمرض النفسي، وعلى الطرح والخبرة الانفعالية المصححة فيما يتصل بالعلاج. وكما رأينا آنفًا في جدول [١١-٢]، ينصب التركيز في العلاج الدينامي على المشاعر والخبرة، بينما ينصب في العلاج المعرفي على المواضيع المعرفية (أي الأفكار أو أنساق المعتقدات).

التغييرات الناتجة وعمليات التغير

تثير هذه المسألة الأخيرة مجموعة من الأسئلة المعقدة: هل العلاج النفسي فعال؟ هل تقدم مختلف العلاجات تغييرات مختلفة أم أن التغييرات قابلة للمقارنة؟ هل تحدث مختلف العلاجات تغييرًا بطرق مختلفة أم أن هناك عمليات تغيير مشتركة بين كل أشكال العلاج؟ وكما هو موضح في جدول [١١-٣] يمكن أن تتشابه التغييرات أو تختلف فيما يتعلق بمختلف العلاجات، كما يمكن أن تحدث التغييرات من خلال عمليات متشابهة أو مختلفة. سيميل مؤيدو كل شكل من أشكال العلاج إلى الاعتقاد بأن طريقتهم في التغيير هي الأفضل، على الأقل بالنسبة لاضطرابات محددة أو لإحداث أنواع معينة من التغيير. وسيحب مؤيدو كل نموذج الاعتقاد بأنهم قد حددوا العناصر المفتاحية للأداء غير التكيفي، وأن إجراءاتهم العلاجية مصممة بشكل محدد لإحداث تغيير في هذه العناصر. وبشكل مبسط بعض الشيء، يمكننا القول إن المعالجين السلوكيين يسعون إلى تغيير السلوكيات غير

---

(١) Pathogenic Beliefs

التكيفية والإشكالية من خلال استخدام مبادئ التعلم، وإن المحللين النفسيين يسعون لتغيير المشاعر من خلال استخدام الموقف التحليلى كخبرة نمو (أى طرحًا)، وإن المعالجين المعرفيين يسعون لتغيير المعارف غير التكيفية والإشكالية من خلال التحليل العقلانى واختبار الفروض فى الحياة اليومية. ولكن هل هناك دليل على أن التغييرات الناتجة مختلفة، وأن عمليات التغيير المختلفة هى السبب فى هذه التغييرات المختلفة؟

تشير مراجعات التراث البحثى إلى أن العلاج النفسى يُعد فعالاً، بشكل عام، للمرضى بصفه عامة، وذلك دون وجود دليل على كفاءة فارقة بشكل عام (Chambless & Ollendick, 2001; Wampold, 2001). والخلاصة أنه أصبح تساوى كل العلاجات فى النتيجة تقريبًا معروفًا *بتأثير طائر الدودو*، نسبة لطائر الدودو المنقرض فى *أليس فى بلاد العجائب* والذى قال: "كل واحد يفوز، والكل لابد أن ينال جوائز". وبالمثل، هناك نقص فى الدليل على أن التغييرات التى يحدثها كل شكل من العلاج وعمليات التغيير، مختلفة من علاج لآخر، (Kopta, Lueger, Saunders & Howard, 1999). وربما يفترض مؤيدو كل شكل من العلاج أن التغييرات مختلفة، وأنه يومًا ستكشف البحوث عن مثل هذا التغيير الفارقى، إلا أنه حتى الآن هناك صعوبة لإثبات ذلك. بالإضافة إلى ذلك فإن التأثيرات المحددة المصاحبة للأشكال المحددة من العلاج مازالت بحاجة إلى إثبات.

يمكن أن يكون لمختلف أشكال العلاج عمليات تغيير مشتركة قد تؤدى إلى تغييرات متشابهة أو مختلفة فى الشخصية. وعلى الجانب الآخر ربما تتضمن هذه الأشكال من العلاج عمليات تغيير مختلفة تؤدى إلى نتائج إما متشابهة أو مختلفة. يرى بعض علماء النفس أن كل أشكال العلاج تؤدى إلى نتائج متشابهة نتيجة لعمليات التغيير الأساسية نفسها، بينما يفترض البعض الآخر أن كل شكل من العلاج يؤدى إلى تغييرات فريدة من نوعها والتى تُعد بدورها نتيجة عمليات تغيير مميزة.

جدول (١١-٣)

العلاقة بين عمليات التغير العلاجي والتغييرات فى الأداء غير التكيفى للشخصية

	التغيرات الناتجة	
مشتركة	مشتركة بين كل أنواع العلاج	يتفرد بها كل شكل من العلاج
عمليات التغيير	تؤدى نفس العمليات فى كل أشكال العلاج تؤدى إلى التغييرات نفسها	نفس العمليات فى كل أشكال العلاج تؤدى إلى تغييرات مختلفة
مختلفة	الإجراءات المختلفة تؤدى إلى تغييرات أو نتائج مشتركة	الإجراءات المختلفة تؤدى إلى تغييرات مختلفة فى مختلف أشكال العلاج

وتفترض هذه المناقشة إمكان أن تكون هناك نتائج مشتركة مصاحبة للعلاجات المختلفة. فهل يعنى هذا أن الإجراءات المختلفة تؤدى إلى النتائج نفسها، أم أن الأكثر ترجيحًا هو أن الإجراءات العلاجية تحتوى مكونات علاجية مشتركة؟ هل تتشابه عمليات التغيير أكثر مما تختلف، وهل المكونات العلاجية مشتركة أكثر منها منفصلة؟ تفترض كثير من الأفكار الراهنة فى المجال أن الحالة ربما تكون هكذا، أى أن هناك عوامل مشتركة تعمل فى كل أشكال العلاج. والمكونات المشتركة الشائعة غير المتخصصة للتغير العلاجي هى الأمل، والتحالف القائم بين المريض والمعالج، ودفء المعالج واحترامه، وفوائد الإفصاح عن الذات (Beutler, 2000; Frank & Frank, 1991; Pennebaker & Graybeal, 2001). ونستطيع أن نفكر الآن فى عمل كارل روجرز الذى مضى عليه الزمن الطويل (Carl Rogers, 1966) حول الشروط الضرورية والكافية للتغير العلاجى. فوفقًا لروجرز، هناك ثلاثة شروط ضرورية وكافية لحدوث التغير العلاجى - نظرة

المعالج الإيجابية غير المشروطة للمريض (الدفء، والتقبل)، والتفهم من جانب المعالج، والانسجام أو الأمانة من جانب المريض. رأى روجرز هذه المكونات بوصفها محددًا للمناخ العلاجي الذى اعتقد أنه المكون الجوهرى فى كل تغير علاجى.

هل الحال أن الأشكال المختلفة من العلاج تؤدى فعلاً إلى تغيرات مشتركة تنتج عن مسارات مشتركة؟ إذا كان هذا هو الحال؛ فما تضمينات هذا بالنسبة لرؤانا للأداء غير التكيفى وللتغير؟ وبالنسبة لنظرياتنا فى الشخصية بشكل أعم؟ الرؤية التى نتبناها هنا هى أن مزيدًا من البحث، مع مقاييس أكثر دقة وعينات أكبر من المرضى والمعالجين سوف يجد شيئًا آخر. أى أننا سنجد فى النهاية أن التغييرات التى تحدثها الأشكال المختلفة من العلاج مختلفة بعض الشىء، وأنه بالإضافة إلى أساس مشترك من الشروط الضرورية؛ هناك عناصر علاجية مميّزة لأشكال العلاج المتنوعة. ولا يعنى هذا القول أن أحد أشكال العلاج سيفوز على الآخر، ولكنه يعنى، بالأحرى أن العلاجات المختلفة ستوجد لتُحدِث تأثيرات مختلفة، على الأقل بالنسبة لبعض الأفراد ولبعض المعالجين. ومع ذلك يظل هذا اعتقادًا لم يقدم التراث البحثى الراهن الكثير لتأييده.

مقارنة النماذج البديلة

تناولنا فى هذا الفصل ما يمكن أن يضطرب فى أداء الشخصية لدى الأفراد، وكيف يمكن تغيير الأنماط غير التكيفية من التفكير والشعور والسلوك. ونظرنا للأسئلة حول الأداء غير التكيفى، أو المرض النفسى وحول عمليات التغير العلاجى، سواء حدثت داخل العلاج أو خارجه؛ بوصفها أسئلة أساسية لفهمنا للشخصية بشكل أعم. وفى ضوء هذا، تناولنا نموذج السمة، ونموذج التحليل النفسى، والنموذج المعرفى الاجتماعى للأداء غير التكيفى والتغير. ويمكن رؤية الفروق بين النماذج الثلاثة فى الدرجة التى يقع بها الأداء الوظيفى غير التكيفى

والتغير العلاجى داخل بؤرة ملاءمتها ومداها. بالإضافة إلى أنه يمكن رؤية الفروق بين النماذج الثلاثة فى تأكيد كل منها لما ينبغى أن يتغير وكيفية تغييره (انظر: جدول ١١-٤). ورغم وجود فروق بين الأفراد داخل كل نموذج؛ فإن هناك مواقف مشتركة بارزة وكذلك تأكيد محدد على مسائل نوعية (على سبيل المثال خصوصية المجال، والأداء الوظيفى للأنساق، وأهمية التأثيرات اللاشعورية، والعلاقة بين الأفكار والمشاعر والسلوكيات).

جدول (١١-٤)

مقارنة بين نموذج السمة والنموذج التحليلى والنموذج المعرفى فى الأداء غير التكيفى للشخصية والتغير العلاجى.

	نظرية السمة	النظرية التحليلية	النظرية المعرفية
	الأداء المضطرب للشخصية		
مفاهيم تتصل بالنظريات	درجات قصوى على السمات	صراع بين الرغبات والمخاوف، وقلق ودفاع، وهجوم الأنا الأعلى (مشاعر ذنب)، ونماذج عاملة داخليًا	معارف غير تكيفية وغير عقلانية (مخططات، تقويمات للذات، أفكار) وعمليات معرفية
	التغير العلاجى		
	العلاج السلوكى، تأكيد على الاستقرار	الطرح، جعل اللاشعورى شعورى، خبرة انفعالية مصححة	اقتداء ومشاركة موجهة، تحدد وتصحح المعارف الخاطئة، واقعية تعاونية
بؤرة الملاءمة	منخفضة	مرتفعة	متوسطة الارتفاع
تأكيد خصوصية المجال	منخفض	منخفض	مرتفع
تأكيد الأداء الوظيفى	منخفض	مرتفع	متوسط الانخفاض

للنسق			
تأكيد التأثيرات اللاشعورية	منخفض	مرتفع	متوسط الانخفاض
التأكيد النسبى للمعرفة، أوالوجدان، أوالسلوك	السلوك	الوجدان	المعرفة

ملاحظة: ترتبط بؤرة الملاءمة بالمدى الذى تهتم عنده النظرية بالأداء غير التكيفى للشخصية وبالتغير العلاجى.

وعلى الرغم من افتراض أغلب مؤيدى كل نموذج أن هناك تغييرات مختلفة تحدث من خلال مختلف الإجراءات؛ فقد رأينا أن البحث لم يجد بعد مثل هذه الفروق. ولم يحدث بعد أن أنجزت مسألة الطرق الفارقة التى تنتج آثارًا فارقة. قد يكون الأمر أن التغيرات فى السلوكيات والسمات، أو التغيرات فى المشاعر والصراعات، أو التغيرات فى معتقدات الكفاءة الذاتية والأفكار اللاعقلانية هى مفتاح العلاج. ومع ذلك، لابد أن نكون مستعدين للتعامل مع احتمال أن الشخصية تتكون من نسق يؤدى التغير فى أحد أجزائه إلى تغير فى الأجزاء الأخرى، أى أن الأفكار والمشاعر والسلوكيات تتغير فى ترابط مع بعضها البعض. بالإضافة إلى ذلك، فرغم إمكان وجود طرق مختلفة للتغير أو عمليات تغير مختلفة؛ فقد تكون الشروط الضرورية الكافية للتغيير هى نفسها فى كل مناهج وأنواع التغير. وترتبط إجابات أسئلة مثل هذه بتضمينات مهمة لأى نظرية معاصرة فى الشخصية أو حتى لأى نظرية سوف تأتى.

الأوجه البيولوجية والثقافية للأداء غير التكيفى فى الشخصية والتغير العلاجى

تناولنا فى عدد من فصول هذا الكتاب الأوجه البيولوجية والثقافية للظواهر المتصلة بالشخصية. وتميل المناحى البيولوجية إلى التركيز على الخصائص العامة،

بينما تركز المناحى الثقافية على الخصائص المميزة لأبناء الثقافات المتفردة (Pervin, 2002). وتنطبق هذه التوجهات أيضًا على المناحى البيولوجية والثقافية للمرض النفسى والعلاج النفسى. وفى الوقت نفسه، من الواضح أن لكل من المنحيين ما يقدمه لفهمنا للشخصية، ما دامت الشخصية تتكون من كل من الملامح العامة والملامح النوعية الخاصة بكل ثقافة.

أما بالنسبة للإسهامات البيولوجية؛ فقد ظهر أن لأغلب أشكال المرض النفسى أساسًا وراثيًا (Blum, Cull, Braverman & Comings, 1996; Nigg & Goldsmith, 1994). وفى مجال العلم العصبى ارتبط اضطراب أداء الشخصية باضطرابات فى الناقلات العصبية[1] وأبنية المخ[2]. فمثلاً ارتبطت الزيادة فى الناقل العصبى الدوبامين بالفصام، وارتبط القصور فيه بالاكتئاب (Hyman, 1999). كما يُنظر إلى عقاقير إدمانية كالكوكايين بوصفها "خادعة" كالدوبامين، بما يؤدى إلى الشعور بالمتعة عند تعاطى المخدر، إلا أنها تؤدى أيضًا للشعور بالهبوط المزاجى عندما يتوقف تعاطى الكوكايين، ويهبط مستوى الدوبامين. كما أن انخفاض مستويات الناقل العصبى السيرتونين يصاحبه هبوط فى المزاج، حيث تعمل مضادات الاكتئاب الحديثة، والتى تُعرف بـ (مثبطات امتصاص السيروتنين الانتقائية (SSRIs) [3])، على تخفيف الاكتئاب من خلال إطالة مدة عمل السيروتنين فى مشتبكات الخلايا العصبية. وقد تناولنا فى الفصل العاشر علاقة انقسام المخ إلى نصفين كرويين[4] بالفروق المزاجية (Davidson, 1998, 2000). وتناولنا فى ذلك الفصل أيضًا أهمية الجسيم اللوزى، وارتباط الفروق فى أدائه باضطرابات القلق (Barlow, 2000; LeDoux, 1999) فمثلاً، يفترض

---

(١) Neurotransmitters
(٢) Brain Structures
(٣) Selective Serotonin Reuptake Inhibitors
(٤) Hemispheric Lateralization

كاجان (Kagan, 1999) أن الأطفال المنهبطين[١] لديهم انخفاض فى عتبة القابليـــة للإثارة فى الجسيم اللوزى. كما ارتبطت الاخـــتلالات فـــى أبنيـــة المـــخ أيـــضًا باضطرابات الشخصية المضادة للمجتمع[٢] (Raine, Lencz, Bihrle, LaCasse & Colletti, 2000). وفى سياق العلم العصبى وتغير الشخصية، وجدت تغيرات فـــى أداء المخ مصاحبة للعلاج السلوك المعرفى النـــاجح لاضـــطراب الوســـواس القهـــرى (Schwartz, Stoessel, Baxter, Martin & Phelps, 1996). وتُعد نتائج مثل هذه مهمة فى ضوء توفيرها لدليل آخر على مطاوعة المخ[٣] أو قدرة أبنيـــة المـــخ وعملياته على التغير نتيجة للخبرة.

ومن المهم أن نُبقى على عدد من النقاط فى أذهاننا أثناء تركيزنا الانتباه على أهمية مثل هذه الأبنية والعمليات البيولوجية.

أولاً: من غير المحتمل أن يكون واحد من الأبنية البيولوجية محـــدِّدًا منفـــردًا للاستهداف لاضطراب أو آخر. فالمخ والجسد ككل يعمـــلان بوصـــفهما نـــسقين ديناميين، ومنظمين مكونين من أجزاء متبادلـــة الاعتمـــاد[٤] (Damasio, 1994, 1999).

ثانيًا: تُعد كثير من هذه الارتباطات ترابطات[٥]. وتظـــل الطبيعـــة الـــسببية الفعلية للعلاقات بينها فى حاجة للإثبات.

ثالثًا: لابد أن نكون حذرين من القفز إلى تفسيرات بيولوجية تامة وروشـــتات للعلاج قبل أن نفهم جيدًا العمليات المتضمنة والحلول الممكنة لمشكلات الأداء غير التكيفى. فمن السهل جدًا البحث عن حلول مبسطة لمـــشكلات معقـــدة، وســـيلعب الإعلام دوره أحيانا فى تقديم الثنائيات المزيفة. فمثلاً فى مقال *نيويورك تايمز* (١٥

---

(١) Inhibited Children

(٢) Antisocial Personality Disorder

(٣) Brain Plasticity

(٤) Interdependent

(٥) Associations

فبراير، ٢٠٠٠، p.F7)، وفيما يخص الصلة بين الظواهر غير السوية فى المخ واضطرابات الشخصية المضادة للمجتمع (Raine et al, 2000) ويقابل الأهمية الممكنة لأنواع الشذوذ فى المخ فى الأراء التى تؤكد دور الفقر وسوء المعاملة – وليس بناء المخ والكيمياء العصبية.

ينقلنا ذلك إلى دور الثقافة فى الأداء غير التكيفى للشخصية وعمليات التغير، حيث يؤكد الأنثروبولوجيون وعلماء النفس على أن التعبير عن اضطرابات معينة وتقويمها وشيوعها، تتأثر كثيرًا بالمجال الاجتماعى الذى يحيا فيه الأفراد (Lopez & Guarnaccia, 2000). وفى بعض الحالات، فإن ما يتأثر بالثقافة بشكل كبير هو محتوى الاضطراب. يمكن أن تكون هذه هى الحالة فى الفصام، حيث يتأثر محتوى الهلاوس والضلالات بالمجال الثقافى. وفى حالات أخرى، يمكن أن يتأثر شيوع الاضطراب بالمجال الثقافى تأثرًا كبيرًا. على سبيل المثال يبدو اضطراب مثل *فقدان الشهية العصبى*[١] (رفض الطعام أو تقيؤه بسبب خوف شديد من السمنة) أو *زملة التعب المزمن*[٢] يبدو أنهما اضطرابان أمريكيان شماليان على نطاق واسع، رغم أن شيوعهما يتزايد فى ثقافات أخرى متأثرة بالثقافات الغربية (Harkness & Super, 2000). مثال آخر يشى إلى أن تحويلات الأطفال إلى العيادات النفسية فى الولايات المتحدة الأمريكية يظهر نسبة مرتفعة من مشكلات انخفاض السيطرة (كالدخول فى معارك، أو الاندفاعية)، بينما تظهر هذه التحويلات فى تايلاند نسبة مرتفعة من مشكلات السيطرة الزائدة (كالخجل أو الاكتئاب) (Weisz, McCarty, Eastman, Chaiyasit, & Suwanlert, 1997).

و **أخيرًا** فى بعض الحالات هناك اضطرابات تبدو مختصة بثقافة. فمثلاً، الاضطراب المعروف بـ نوبة الهياج العصبى (*Ataque de Nervios*) –الذى يتسم بأعراض الرجفة ونوبات البكاء، والصراخ بطريقة لا تحكم فيها، والتحول إلى

---

(١) Anorexia Nervosa

(٢) Chronic Fatigue Syndrome

عدوانية لفظية أو بدنية- يبدو أنه اضطراب فريد بين اللاتينيين من الكاريبى (Guarnaccia, 1997). ورغم ارتباط هذا الاضطراب باضطرابات القلق الشائعة فى المجتمعات الغربية، فإن كثيرًا من خصائصه تُعد قاصرة على هذا المجتمع وثقافته. وفى جميع المثلة المقدمة يعتمد تفسير الاضطراب كما تعتمد الرعاية التى يتم تقديمها على الثقافة. وعندما يُستخدم إجراء علاجى فى ثقافة مختلفة عن الثقافة التى نشأ فيها فلا بد -بشكل عام- من تعديله بأساليب لها معنى بالنسبة للثقافة الجديدة. على سبيل المثال، حيثما يستخدم التحليل النفسى فى ثقافات كالهند واليابان، فقد تم تعديله ليناسب المعتقدات والقيم ورؤية الذات القائمة فى هذه الثقافات (Roland, 1988).

باختصار، هناك خطوات تقدم هائلة فى فهمنا للعمليات البيولوجية المتضمنة فى الأداء غير التكيفى للشخصية وللتغير العلاجى. وفى الوقت نفسه؛ فإن اسكتشاف هذه الظواهر عبر الثقافات يوضح التنوع المحتمل فى هذه المجالات، كما فى كل أوجه أداء الشخصية. يتشابه الأفراد حول العالم فى بعض النواحى، إلا أنهم يؤدون بطرق مرتبطة بسياقهم الاجتماعى والثقافى فى نواحٍ أخرى.

المفاهيم الأساسية

العلاج السلوكى Behavior Therapy: تطبيق مبادئ التعلم فى علاج اضطرابات الأداء النفسى.

اضطراب الشخصية النرجسية Narcissistic Personality Disorder: اضطراب فى الشخصية يتسم بالإحساس المبالغ فيه بأهمية الذات أو التفرّد، وحاجة دائمة لجذب الاهتمام والإعجاب، وشعور بالكفاءة، ومشكلات فى التفهم لموقف الآخر، والقابلية لانخفاض تقدير الذات ينتج عنه إحساس بالخزى، والضعة، والغضب الشديد.

الطرح Transference: فى التحليل النفسى؛ هو ارتقاء اتجاهات المريض ومشاعره نحو المحلل، تلك الاتجاهات والمشاعر التى تمتد فى الخبرات الماضية مع الرموز الوالدية.

القلق، والخوف، والتهديد (كيلى) Anxiety, Fear, Threat (Kelly): فى نظرية البناء الشخصى لكيلى؛ يحدث القلق عندما يدرك الشخص أن نسق بناءاته لا ينطبق على الأحداث المدركة؛ ويحدث الخوف عندما يوشك مفهوم جديد على الدخول فى نسق بناءات الشخص؛ ويحدث التهديد عندما يكون الشخص واعيًا بتغيير شامل وشيك فى نسق بناءاته.

مختلف تقويمات اختلال أداء الذات Dysfunctional Self–Evaluations: تأكيد باندورا Bandura للتقويمات غير التكيفية للذات، كانخفاض معتقدات الكفاءة الذاتية، أو المعايير المغالية فى الارتفاع لإثابة الذات، والتى قد تنمو نتيجة للخبرة المباشرة أو لتشريط بالمشاهدة مصاحب للتعرض لنماذج غير مناسبة.

الاقتداء Modeling: مفهوم باندورا لعملية إعادة إنتاج سلوكيات مكتسبة من خلال مشاهدة الآخرين.

المشاركة الموجهة Guided participation: منحى علاجي تؤكد أهميته النظرية المعرفية الاجتماعية حيث تتم مساعدة الشخص على أداء سلوكيات منمذجة.

المثلث المعرفي للاكتئاب Cognitive triad of depression: وصَفَ بك Beck للعوامل المعرفية أو المخططات التى تؤدى إلى الاكتئاب، ويتضمن رؤى سلبية للذات، وللعالم، وللمستقبل.

ملخص الفصل

١- تم تناول ثلاثة مناحى للشخصية (السمة، والتحليل النفسى، والمعرفى) فى إطار وصف الأداء غير التكيفى، وتفسيره، وعلاجه.

٢- تفترض نظرية السمة، كما يمثلها نموذج العوامل الخمسة، أنه يمكن فهم اضطرابات الشخصية كدرجات قصوى من سمات الشخصية الأساسية كالعصابية والانبساط ويقظة الضمير، والبهجة، والانفتاح على الخبرة. ويوصف كل اضطراب فى ضوء نمط من الدرجات المرتفعة والمنخفضة على السمات الأساسية، وينظر إلى السمات بوصفها تتصل بواحد أو أكثر من الاضطرابات التى يحددها العياديون العاملون فى المجال. ومع ذلك، تقع التفسيرات ومقترحات أساليب التغيير العلاجى غالبًا خارج بؤرة ملاءمة النظرية.

٣- يُعد المرض النفسى والتغير، مجالات تدخل فى بؤرة ملاءمة نظرية التحليل النفسى، بما هى مؤسسة على العمل العيادى مع المرضى. تركز النظرية التحليلية على الصراعات بين الرغبات والمخاوف، وعلى الدفاعات ضد القلق؛ فى وصفها وتفسيرها للأداء غير التكيفى للشخصية. وينصب الاهتمام على خبرات الطفولة المبكرة والعمليات اللاشعورية. وينظر إلى التحليل النفسى بوصفة عملية تعلُم، يتحول فيها اللاشعور إلى شعور، جزئيًا من خلال تحليل استجابات الطرح، كما تتوفر الفرصة لخبرة انفمرتفعة تصحيحية.

٤- تركز الارتقاءات الحديثة فى نظرية العلاقات بالموضوع على الشخص بوصفه باحثًا عن العلاقات، وعلى النماذج الداخلية العاملة، أو التمثلات العقلية المصاحبة للوجدان، والتى ربما تكون شعورية أو لاشعورية، والتى تعود إلى الخبرات المبكرة فى الطفولة. كما عُرضت البحوث التى تشير إلى أن النماذج الداخلية العاملة والإشكالية، والتى تظهر فى شكل أساليب تعلق غير آمن (المتجنب، المهموم)، ربما تشكل صلة بين خبرات الطفولة السلبية والاكتئاب اللاحق.

٥- تتضمن النظرية المعرفية عددًا من مختلف المناحى، تم عرض أمثلة توضيحية لها فى بحوث كيلى Kelly، وباندورا Bandura، وبك Beck. وتركز هذه المناحى بشكل عام على المعارف غير التكيفية واللاعقلانية التى يُنظر إليها بوصفها مسببات للانفعالات والسلوكيات الإشكالية. وتركز نظرية البناء الشخصى لكيلى على التهديدات المواجهة لنسق البناء والحاجة للعلاج لمساعدة الشخص على تطوير بناءات وطرق جديدة للتنبؤ بالأحداث؛ أى ليصبح عالمًا أفضل. وتركز النظرية المعرفية الاجتماعية لباندورا على دور معتقدات الكفاءة الذاتية السلبية غير التكيفية فى القلق والاكتئاب، وتقترح الاقتداء والمشاركة الموجهة بوصفها إجراءات مفيدة للتغيير، وينظر إلى كل تغير علاجى بوصفه نتيجة لتغيرات فى معتقدات الكفاءة الذاتية. وتتضح آراء بك فى منحاه عن الاكتئاب والذى يؤكد المثلث المعرفى للاكتئاب (مخططات سلبية تتصل للذات وللعالم وللمستقبل). ويتضمن العلاج تحديد المعتقدات المضطربة والمخطط السلبى وتصحيحها من خلال ما يوصف بالواقعية التعاونية، أى من خلال جهد نشط ومنظم وتعاونى بين المعالج والمريض من أجل الاختبار المنطقى للمعتقدات وتطوير طرق جديدة للسلوك.

٦- يمكن مقارنة النماذج الثلاثة فى ضوء تأكيدها النسبى على قضايا مثل خصوصية المجال؛ والأداء الوظيفى للنسق؛ والتأثيرات اللاشعورية؛ والعلاقات بين المعرفة والوجدان والسلوك. وتعد مسألة ما إذا كانت إجراءات مختلف المناحى تقدم أنواعًا مختلفة من التغير مسألة معقدة جدًا. وإلى هنا يوجد دليل على فاعلية العلاج، ولكن لا يوجد دليل على أن إجراءات نوعية تحدث أنواعًا نوعية من التغيير.

٧- يتضمن فهم الأداء غير التكيفى للشخصية وعمليات تغيير الشخصية تقديرًا لدور الأوجه العامة للأداء الوظيفى البيولوجى، وللسياق الثقافى المميز الذى يقوم فيه لأفراد بأدائهم.

الفصل الثانى عشر*

تقدير الشخصية

---

* ترجمة د. أيمن عامر

نظرة عامة على الفصل

هل يمكن استخدام مقاييس الشخصية للتنبؤ[١] بدقة بأداء الأفراد لمهام معينة أو أعمال[٢] معينة؟ سنهتم فى الفصل الراهن بالكشف عن مناطق القوة والضعف التى تسم مختلف أنواع البيانات التى يستخدمها علماء نفس الشخصية فى بحوثهم. وفى جهودهم التطبيقية، سواء البيانات المستمدة من التقرير الذاتى[٣]، أو من تاريخ الحياة[٤]، أو من تقارير المشاهدين الخارجيين[٥]، أو من البيانات التجريبية[٦]. وسنهتم كذلك بكيف تؤدى مثل هذه المشاهدات المستمدة من هذه المصادر إلى استنتاجات وتنبؤات متشابهة، بمعنى آخر، سنفحص إذا كان مختلف مصادر هذه البيانات سيقدم صورًا متشابهة أم مختلفة عن شخص بعينه. وتتمثل القضية الأساسية التى يتصدى الفصل لمناقشتها فى ارتباط كل نظرية من نظريات الشخصية بنوع مختلف من البيانات، وهو ما يخلق حاجة إلى توافر مناهج متعددة لتقدير الشخصية سواء فى بحوثنا أو فى جهودنا التطبيقية.

الأسئلة التى يحاول الفصل الإجابة عنها

١. إذا افترضنا أن جهة معينة طلبت منك أن تنتقى عددًا من الأشخاص ليعملوا كجواسيس لها أو فدائيين فى فترة اشتعال الحرب، كيف لك أن تؤدى هذه

---

(١) Prediction
(٢) Jobs
(٣) Self-Report
(٤) Life-History
(٥) Rating By Observers
(٦) Experimental Data

المهمة؟ أى خصال الشخصية ستعد ضرورية فى المرشحين لأداء هذه المهمة؟ وكيف ستقيس هذه الخصال؟

٢. ما مناطق القوة والضعف فى مختلف مقاييس الشخصية؟ على سبيل المثال، قد تمدنا التقارير الذاتية بمعلومات مهمة، ولكن هل ستظل هذه المعلومات صادقة إذا ما قورنت بتقديرات المشاهدين؟ وإلى أى حد يمكن للمبحوثين تقديم صورة خادعة عن أنفسهم؟

٣. ما الدلائل المتاحة على أن بيانات الشخصية لها فائدتها فى خلق تنبؤات والوصول إلى قرارات تتعلق بالحياة الواقعية؟ وإذا استخدمنا المقاييس المعتمدة على التخيل[١] فما العلاقة بين التخيل والسلوك الصريح؟

٤. كيف يمكن ملاءمة مناهج تقدير الشخصية مع التنوع فى جمهور المبحوثين؟

٥. ما العلاقة التى تربط نظرية الشخصية بمناحى تقدير الشخصية؟

---

(١) Fantasy Measures

مقدمة

نعنى فى الفصل الراهن بالإجابة عن عدد من الأسئلة التى تتعلق بتقدير الشخصية. وقد عنينا طوال الفصول السابقة بالإشارة إلى عدد كبير ومتنوع من مصادر جمع بيانات الشخصية، مثل الاستخبارات[١]، والمقاييس[٢]، ومقاييس التقدير[٣]، ومقاييس الاستجابة المستمدة من مواقف تجريبية[٤]، والمؤشرات الفسيولوجية[٥].. إلى آخره. ومن ثم فإننا شُغلنا على مدار هذا الكتاب بعديد من الأسئلة التى تتعلق بتقدير الشخصية، إذن.. لماذا نخصص فصلاً مستقلاً لموضوع التقدير؟ إن مصطلح "التقدير"[٦] مقارنة بمصطلح "مقياس"[٧] أو "اختبار"[٨] يشير إلى شيئين: يشير أولاً إلى الجهود المبذولة لجمع أنواع عديدة من المعلومات عن الفرد حتى نصل إلى فهم واضح لمختلف جوانب شخصيته. أى فهم "الشخصية ككل". هذا مقابل تركيزنا عند القياس والاختبار لجوانب نوعية محددة للشخصية. وهو يشير -ثانيًا- إلى أن ما سنحصل عليه من معلومات سيستخدم لخلق تنبؤات أو اتخاذ قرارات بناء على ما يصل إليه هذا التقدير، كأن نصل إلى قرار بشأن توظيف الفرد فى وظيفة معينة، أو تحديد نوع خاص من العلاج النفسى له؟ إذن يشير المصطلح إلى معلومات سنحصل عليها بهدف وضع تنبؤات واتخاذ قرارات تتصل بصاحبها.

سيسمح لنا أيضًا فصل مستقل عن تقدير الشخصية بجمع جوانب الصورة التى سبق لنا الاهتمام بها مجزأة، فضلاً عن طرح أسئلة جديدة لإثارة النقاش حولها، فسيمكننا من البحث عن إجابة عن أسئلة من قبيل: ما العلاقة التى تربط مختلف أنواع

Questionnaires (١)
Scales (٢)
Ratings (٣)
Measures of Responses (٤)
Physiological Data (٥)
Assessment (٦)
Measure (٧)
Test (٨)

البيانات بعضها بعضًا؟ ما وجه الإفادة من بيانات الشخصية فى طرح تنبؤات واتخاذ قرارات تتعلق بالحياة الواقعية؟ ما العلاقة التى تربط نظرية الشخصية بمناحى تقدير الشخصية؟ وقبل التحول للإجابة عن هذه الأسئلة وما يرتبط بها من تفاصيل، دعونا نبدأ بسرد قصة مهمة، وهى القصة التى يمكن أن نطلق عليها اسم الدراسة المَعْلَم(١) فى تاريخ تقدير الشخصية. فهى تحكى عن الجهود التى بذلت بالولايات المتحدة لتقدير مدى ملاءمة بعض الأفراد للعمل كجواسيس خلال الحرب العالمية الثانية (Office of Strategic Services Assessment Staff, 1984, Taft ,1959, Wiggings,1973) ما سوف نرويه هنا هو قصة جهود مجموعة من علماء النفس، بقيادة هنرى موارىHenry Morray ، سعوا إلى إجراء تقديرات لمجموعة من الأفراد، كانوا يُعدُّون ليعملوا خلف خطوط العدو كقادة للمقاومة، أو جواسيس أو فدائيين، وذلك باستخدام عدد ضخم ومتنوع من مقاييس الشخصية.

تقدير فريق "مكتب الخدمات الاستراتيجية للشخصية"، للأفراد

أنشئ مكتب الخدمات الاستراتيجية(٢) السابق على المكتب المركزى للاستخبار(٣) فى سنة ١٩٤٢، وذلك لاختيار وتدريب العاملين فى مجال جمع المعلومات الاستراتيجية، وإجراء العمليات التخريبية خلف خطوط العدو. وكجزء من هذا المسعى، أنشئت هيئة الاختيار على نحو يحذو حذو النموذج المستخدم فى المملكة المتحدة، وتركزت مهمة فريق الاختيار -على الرغم من أن تكوينها لا يقتصر أساسًا على علماء النفس- على اتخاذ القرارات بشأن مدى ملاءمة المرشح للقيام بمثل هذه المهام، وتقديم توصيات تحدد درجة ملاءمة كل شخص لأداء إحدى المهام النوعية (التجسس أو التخريب أو قيادة المقاومة)، وعمل الفريق تحت قيود زمنية صارمة، وظروف يحيطها الغموض، وعدم التيقن(٤) بشكل ملحوظ، وضغوط

---

(١) Milestone Study

(٢) The Office of Strategic Services (OOS)

(٣) Central Intelligence Agency

(٤) Uncertainty

كبيرة تدعو إلى الحذر من الوصول إلى نتائج تؤدى إلى اتخاذ قرارات خاطئة، خاصة تلك التى توصى بأن أحد الأشخاص مهيأ لأداء المهمة ثم يكتشف فى النهاية ضرورة استبعاده لأن أداءه غير مرضٍ. ولأن كل هذا يتم فى زمن الحرب المشتعلة فلم يكن هناك ترف أو إسراف فيما يتصل بالالتزام الصارم بالاعتبارات الأكاديمية، عند إجراء القياسات وتنفيذ الإجراءات إلى آخر ذلك من قيود منهجية. ولتحقيق قدر أكبر من العون العلمى كان التركيز منصبًّا على إمكانات أداء المهمة أو تحليل المحك، بمعنى آخر دراسة المهارات الفعلية المطلوبة من العاملين فى هذه المجالات، ودراسة خصال الشخصية لمن أظهروا نجاحًا فيها. ولم يقتصر الأمر على ذلك؛ ففريق الاختيار لم يكن على دراية عادة بالمهمة والوظيفة التى سيوجه إليها كل فرد على حدة، لذلك اتجهت تقديراتهم للمرشحين نحو تحديد عدد كبير من الخصال التى يمكن أن تناسب مدى واسعًا من المهام والوظائف التجسسية الممكنة.

ما المهارات وخصال الشخصية الضرورية أو المطلوب توافرها فى الفرد المرشح لشغل هذا العمل؟ ربما تقفز إلى أذهاننا صورة جيمس بوند James Bond فنرفض مَنْ هم أقل منه، أو على غير ما له من صفات؟ ماذا على فريق الاختيار أن يفعل ليضع قائمة من القدرات، وخصال الشخصية، تناسب المرغوب توافره فى عمل العميل السرى. ويعرض الجدول [١٢ ــ ١] التالى، ما تم استخلاصه من نتائج فى هذا الصدد. وقد كان على فريق الاختيار بعدئذ أن يشرع فى وضع إجراءات تقدير درجة توافر هذه الخصال لدى المرشحين. والقرار الذى اتخذ بهذا الشأن هو استخدام عدة آليات كلما كان الأمر ممكنًا لتقدير أية خصلة من الخصال. لذلك جمع فريق الاختيار البيانات من المقابلات(١)، والمشاهدات غير الرسمية(٢)، والأداء على مهام نوعية فردية وجماعية، والاختبارات الإسقاطية(٣) مثل الرورشاخ،

Interviews (١)
Informal Observations (٢)
Projective Testes (٣)

وتفهم الموضوع. ومع أنه فى بعض الحالات أمكن استخلاص درجة كمية موضوعية، ففى أغلب الحالات الأخرى وضع فريق الاختيار تقديرات خاصة للمرشحين فى أدائهم على كل مهمة وما يتصل بها من خصال.

أحد مواقف الاختيار الموضحة لطبيعة الإجراءات التى استخدمها فريق التقدير، تمثلت فى طلب الفريق من المرشحين أن يفترضوا هوية جديدة أو تطابقاً لقصة مجهولة لهم (مكتوبة على ورقة مغطاة) وأن يجيبوا بصدق عن الأسئلة عندما يخبرون فقط بأنهم فى الموقف. ويجرى بعد ذلك مقابلة معهم تتركز على إحدى المهام الضاغطة التى أدوها. والسؤال هنا هل يقع المرشح عندئذ فى شرك عند كشف المستتر فى ظل الظروف المفترضة للاهتمام والتعزيز، أم عندما لا يعلن عن طبيعة الظرف؟

قدمنا حتى الآن إحاطة فعلية بعدد من مواضيع التقدير المهمة، مثل تعريف وتحديد **المحك**(١) الذى يقدم فى ضوئه الفرد على التنبؤ، ووضع قائمة من القدرات وخصال الشخصية المرتبطة بهذا المحك.

جدول (١٢-١)

المتطلبات العامة والخاصة للخدمة الخارجية:

مكتب الخدمات الاستراتيجية

المتطلبات العامة:

١- **الدافعية للمهمة:** الروح المعنوية المتصلة بالحرب، الاهتمام بالعمل المقترح.

٢- **الطاقة وروح المبادأة:** مستوى النشاط، والحماس، والاندفاع لتحقيق الهدف والمبادأة

٣- **الذكاء الوجدانى:** القدرة على اختيار الأهداف الاستراتيجية، والوسائل الأكثر فعالية لتحقيق هذه الأهداف. سرعة التفكير العملى السريع عند التعامل مع الأشياء والأشخاص والأفكار عن طريق وسع الحيلة، والأصالة، والقدرة على الحكم.

---

(١) Criterion

٤- **الثبات الانفعالى:** القدرة على السيطرة على الانفعالات المضطربة، الحفاظ على الاستقرار، والثبات فى ظل الضغط، والخلو من الميول العصابية.

٥- **العلاقات الاجتماعية:** القدرة على الحفاظ على علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين لمدد طويلة، وقوة الإرادة، أداء الدور بروح الفريق، واللباقة، والتحرر من التحيزات، والخلو من السمات المزعجة.

٦- **القيادة:** المبادرة الاجتماعية، والقدرة على إثارة التعاون، والقدرة على التنظيم والإدارة، وتحمل المسئولية.

٧- **السرية:** القدرة على حفظ الأسرار، والحذر والتعقل، والقدرة على الخداع والتضليل.

المتطلبات الخاصة:

٨ـ **القدرة الجسمية:** سرعة رد الفعل، والجسارة، والصرامة، وقوة الاحتمال.

٩ـ **القدرة على المشاهدة والتسجيل:** القدرة على المشاهدة، وتذكر الأحداث ذات الدلالة والعلاقات فيما بينها لتقييم المعلومات وتسجيلها بنجاح.

١٠ـ **مهارات الدعاية:** القدرة على إدراك مصادر الضعف النفسى للعدو، وذلك لابتكار الأساليب المدمرة من نوع أو آخر مثل توجيه حديث أو منشور مكتوب أو رسم له تأثير عليه.

وتحديد الاختبارات والإجراءات التى يمكن استخدامها لقياس هذه القدرات والخصال. نأتى الآن إلى موضوع ***كيف يمكن إضفاء نظام على البيانات حتى نصبح قادرين على التنبؤ***. أحد التصورات التى تلقى تفضيلاً كبيرًا من قبل علماء نفس التقدير هى دراسة العلاقة بين المتغير والمحك. وعندئذ يدرس كيف يمكن التركيب بين المتغيرات الأفضل لتستخدم فى التنبؤ بالمحك. على سبيل المثال، إذا كان اهتمامنا منصبًا على اختيار أفضل من يصلح للعمل (كبائع)، هنا يحدد المرء عددًا من المهارات ومتغيرات الشخصية التى تسم البائعين الناجحين فى مهنة الاتجار. فى مقابل ذلك قد يضع الباحث تصورًا مثاليًا للأشخاص الملائمين لشغل وظيفة معينة ثم يصحب ذلك تقدير شامل لكيف يمكن تقريب المرشح من هذا النمط

المثالى. فى هذا المنحى الكلّى الأخير والذى يتبناه أغلب الممارسين العياديين يتم وضع تقدير عن شخصية الفرد ككل بدلاً من النظر إلى المتغيرات الفردية المكونة لشخصيته ثم التركيب بين بعضها بعضًا.

ولأن فريق التقدير الخاص بمكتب الخدمات الاستراتيجية لم تكن دراسته هى الأولى فى القياس الفردى للأداء، ولأنه أمكن جمع كمية هائلة من المعلومات المتنوعة، فقد مال أكثر أعضائه إلى تبنى المنحى العيادى فى تنظيم المعلومات، بالإضافة إلى ذلك تبنى "هنرى موارى" كرائد لمثل هذه الجهود بوضوح مثل هذا المنحى العيادى الكلى، ومن ثم تعامل الفريق كمجلس تشخيصى يتم داخله عرض البيانات، وقراءة التقارير، والمشاركة بالمشاهدات سعيًا إلى الوصول إلى تقدير يلقى اتفاقًا حول الخصال المطلوبة فى المرشح.

علينا إذن أن نهتم بسؤال آخر يتعلق بالتقدير وكيفية تنظيم المعلومات سعيًا للتنبؤ، فقد أتينا إلى نهاية القصة وإلى آخر ما يتصل بهذا الموضوع، وهو كيف نقوم بالتقدير بأفضل صورة؟ ما هى الفائدة التنبؤية أو الصدق التنبؤى لهذا المسعى؟ لسوء الحظ ليس لدينا هنا إجابة مرضية، فتفاصيل هذا الجزء من القصة شديد التعقيد، ولكنه ينطوى على قضية غاية فى الأهمية، تتعلق بكيف لنا أن نقيّم نتائج محاولات للتقدير؟ وما المحك الذى نرتكن إليه للحكم على نتائج محاولاتنا للتقدير؟ هل نستخدم فى هذه الحالة مقياسًا موضوعيًّا خارجيًّا، مثل معرفة هل بقى العميل حيًّا أم ميتًا؟ من الصعب أن يكون هذا محكًّا مرضيًا؛ لأن الأداء لا يستلزم ربطه بنتائج الأداء على المقياس، فالكثير من العملاء الناجحين يموتون أثناء تقديمهم لإسهامات بارزة أثناء مدة الحرب. إذن ربما يكون من الأفضل أن نتحول إلى مقياس أكثر ذاتية مثل استخدام تقديرات الأداء. إذا قبلنا ذلك فمَنْ يصلح أن يقدر أداء العميل؟. فى هذه الحالة يمكن أن يقدم عن كل مرشح تقدير من أربعة مصادر خارجية: فريق التقدير المتابع للعميل عبر البحار، والرؤساء الحاليين للعميل، والفريق المعنى بتقديم تقويمات إضافية لأداء العميل فور اكتمال رحلته

الخاصة بالمهمة، وفريق تقويم العميل المكلف بتقويمه بعد عودته من المهمة. كل هؤلاء من المحتمل أن تصلح تقديراتهم أساسًا معقولاً لتقدير أداء العميل، ويمكن لنا أن نتوقع درجة معقولة من الاتفاق بين المصادر الأربعة. ولأنه من النادر أن يأخذ علماء النفس تقدير الأمور ببساطة، فقد حسبوا الارتباطات بين الأساليب الأربعة فوجدوا أن متوسط الارتباط بينها بلغ ٠,٥٢ وهى درجة لا تعد مؤشرًا كبيرًا على الاتفاق!

علينا إذن أن نطرح السؤال: إلى أى حد يرتبط التقدير الأصلى لفريق مكتب الخدمات الاستراتيجية بكل من الطرق الأربعة لتقويم الأداء النهائى؟ مرة أخرى نجد أن حجم الارتباط مخيب للآمال، فقد تراوحت الارتباطات بين تقديرات فريق التقدير والطرق الأربعة الأخرى للتقويم النهائى للمهمة بين ٠,٠٨ إلى ٠,٥٣ بمتوسط أقل من ٠,٣٠. وقد خلُص واضعو التقرير النهائى للدراسة إلى استنتاج مؤداه أنه "لم تكشف إحصاءاتنا أن لنظامنا فى التقدير قيمة كبيرة" (OSS Staff. 1948,p.423)، ومع ذلك رأى أحد علماء نفس الشخصية البارزين أن الفريق كان مغاليًا فى نقده لذاته فيما يتصل بهذا الموضوع، وأن ما أجرى على البيانات من تحليلات إضافية بيّن أنه رغم ضعف الارتباطات فقد كان لها قيمتها فى تحسين جهود التنبؤ. فى مثل هذه الحالة إذا ما تجاهلنا عددًا قليلاً من الأفراد الذين كان توجيههم للقيام بمهام معينة فيما وراء البحار غير دقيق فإن باقى الاختيارات كانت تمثل إسهامًا حقيقيًا. وقد استنتج هذا العالم من مراجعته لهذه المحاولات ما يلى:

إن هذا الحجم الملحوظ من التقديرات يجب أن يلقى اهتمامًا بوصفه أمرا له دلالته ولكونه ذا قيمة كبيرة بين ما كُتِب من بحوث عن تقدير الشخصية. لقد أدرك المؤلفون بشكل مؤلم أن هناك صعوبات كبيرة فى وضع برنامج للتقدير فى ظل غياب محك مُرضٍ للتحليل، وفى ظل إجراءات تقدير غير معروفة درجة صدقها، فى مواقف من الصعب الوصول خلالها إلى تقويم كافٍ للنتائج (Wiggins. 1973, p.539).

ولأن المرء قد يحتاج إلى تقويم نتائج تقديرات مكتب الخدمات الاستراتيجية، لذلك فإن أبرز النقاط التى سنعينه على ذلك هى رصد ما تأكد، والإشارة إلى المواضيع التى تأكدت، والتى يمكن سردها فيما يلى:

١- كيف يمكن للمرء أن ينجح فى تحديد خصال الشخصية ذات الصلة بالمشكلة أو بالمحك محل اهتمامه؟

٢-كيف له أن يقرر أفضل وسيلة لقياس كل خصلة من خصال الشخصية؟ وإذا استخدمت عدة مقاييس لقياس كل خصلة بشكل مناسب -على نحو ما تم فى مشروع مكتب الخدمات الاستراتيجية- ماذا يمكن للمرء أن يفعل إذا لم يحدث اتساق بين هذه المقاييس؟ بمعنى آخر ماذا يفعل إذا كانت درجة الاتفاق ضعيفة أو إذا كان ثبات المقاييس لخصلة معينة منخفضًا؟

٣- كيف ينظم المرء ما يحصل عليه من معلومات ليتمكن من وضع تنبؤاته؟ هل يبنى ذلك على أسس لا تعنى بالنظرة الكلية فى توجهها؟ أم أن كثرة المعلومات قد تؤدى إلى حدوث تداخل وإرباك؟

٤- كيف يضع المرء محكًّا أو مقياسًا مسبقًا يصوغ تنبؤاته من خلاله؟ فى بعض الحالات قد يكون هذا المحك واضحًا (مثل كمية البيع كمقياس لنجاح البائع)، وفى حالات أخرى، قد يكون المحك أقل وضوحًا، وأكثر غموضًا (مثل محك النجاح فى العلاج النفسى أو فى القيادة). بتعبير آخر، إن تقويمنا للنجاح فى تقدير المحاولات قد يعتمد جزئيًّا على استخدام مقياس مَحَكِّى بمعنى أن صدق اختبار أو مقياس أو تقدير الشخصية فى بعض الحالات يعتمد على المحك الذى يقيس الجانب المقابل لما نقيسه.

يعد تقدير الشخصية مجالاً معقدًا إلى حد كبير بحيث يعجز أحيانًا عن تقديم إجابات محددة عن كل هذه الأسئلة، ومع ذلك إذا وضعنا قصة مكتب الخدمات الاستراتيجية فى أذهاننا فسيتضح أننا فى وضع أفضل عند طرح مثل هذه الأسئلة، كما ستبرز لدينا أسئلة أخرى.

أنواع بيانات الشخصية

كما لاحظنا منذ بداية هذا الفصل وعبر هذا الكتاب، أتيح لنا فرصة للاهتمام بأنواع متنوعة من البيانات الشخصية. وتضمنت مقاييس الشخصية التى ناقشناها: الاستخبارات، والتقديرات، والاستجابة عن الاختبارات التجريبية، ومقاييس التقدير، والمقاييس الفسيولوجية (جدول ١٢ ــ ٢). وقد يكون من المفيد الآن أن نصنف هذا المدى المتنوع من المقاييس داخل فئات. فكما أشرنا فى الفصل السادس ميز بلوك(1993) Block بين أربع فئات من مقاييس الشخصية، هى البيانات من الفئة (L)، ومن الفئة (O)، ومن الفئة(T) ، ومن الفئة(S) ، وهى ما يجمعها كلمة (LOTS). تشير البيانات من الفئة(L) إلى بيانات سجلات الحياة، أو بيانات تاريخ الحياة، فتبين مثل هذه البيانات التاريخ السابق لإنجاز معين، أو لجريمة ما، فإذا ما أمكن الاحتفاظ بسجلات دقيقة عن هذه الأيحاث تصبح هذه البيانات موضوعية ومفيدة تمامًا.

أما البيانات من الفئة (O) فتشمل تقديرات المشاهدين الخارجيين مثل الآباء، والمعلمين، وشريك الحياة، والأقران. واستخدم ماجنيسون **Magnusson** مثل هذه النوعية من البيانات عندما طلب من المعلم تقدير النشاط الحركى الزائد(١) لدى تلاميذه، واستخدمها سروف Sroufe لتقدير الترابط، واستخدمها بلوك Block تحت مسمى تصنيف(٢) (Q) لوصف الأفراد فى مُدد زمنية مختلفة. وتعد تقديرات المشاهدين من المقاييس الأساسية التى استخدمها بلوك وبلوك Block & Block (1980) فى دراستهما الطولية، كما استخدماها أيضا للمقارنة بين أداء المبحوثين عبر مختلف المراحل العمرية عندما اضطرا إلى استخدام إجراءات اختبار مختلفة، ومع ذلك تُتهم تقديرات المشاهدين بأنها ذات طبيعة ذاتية فى أساسها. فكما لاحظنا فى مشروع مكتب الخدمات الاستراتيجية لم تتسم تقديرات المشاهدين بدرجة مقبولة

---

(١) Hyperactivivity

(٢) Q- Sort

من الثبات، إذ يحسب غالبًا متوسط التقديرات للوصول إلى درجة مقبولة، ومع ذلك -وكما سبق ولاحظنا أيضًا- تنطوى التقديرات دائمًا على جانب من الذاتية، وعندما لا يكون هناك اتفاق معقول بين المقدرين يصبح متوسط تقدير خصال الفرد أمرًا مثيرًا للتساؤل إلى حد كبير.

جدول (١٢-٢)

مقاييس الشخصية المعروضة فى الفصول السابقة

(فئات المقاييس التى تندرج تحتها)

المقياس	نمط البيانات	المفهوم	الباحث النفسى	الفصل
TAT	T	١-الدافعية للإنجاز	١-موراى ـ	١
Structured interview	S	٢-نمط (أ) للشخصية	ماكليلاند	١
EPI	S	٣-سمات	٢-فريدمان	٢
NEO-PI	S	٤-سمات	وروزفمان	٢
EFT	T	٥-الأسلوب المعرفى	٣- أيزنك	٣
RepTest	S	٦-البناء الشخصى	٤-كوستا ـ وماكرا	٣
I-E Scale	S	٧-التوقعات المعممة	٥-ويتكين	٣
ASQ	S	٨-أسلوب العزو	٦-كيلى	٣
Approach-avoidance	T	٩-الصراع	٧-روتر	٤
SIDE	S	١٠- البيئة المنزلية	٨-سليجمان	٥
Ratings	O	١١- فرط الحركة	وبيترسون	٦
Criminal records	L	١٢-الإجرام	٩-ميللر	٦
California Q-set	O	١٣- التحكم فى الأنا	١٠-دان وبلومين	٦
Dart throwing	T	١٤- اللاشعور	١١-ماجنسون	٧
Partner preference	S	١٥- تحقيق الذات	١٢- ماجنسون	٨
Helper T cells	T	١٦-معتقدات تحقيق الذات	١٣-بلوك	٨
Free responses	S	١٧-المشاريع الشخصية	١٤-سليفرمان	٩
Ways of coping	S			
LOT	S			
GSR	T			
Dreams	S			

		- الكفاح الذاتى	١٥-سوان	٩
		- مهام الحياة	١٦-باندورا	٩
		١٨-التوافق	١٧-ليتل	١٠
		١٩-التفاؤل	- إمونس	١٠
		٢٠-مستوى الاستثارة	- كانتور	١٠
		٢١-الانفتاح	١٨- لازاروس	١٠
			١٩- شاير وكارفر	
			٢٠- وينجر	
			٢١- بينى باكر	

(L) بيانات سجلات الحياة (O) بيانات الملاحظة الخارجية

(S) بيانات التقرير الذاتى (T) بيانات الاختبار الموضوعى

وتشتق مقاييس الفئة (T) من الإجراءات التجريبية، أو الاختبارات المقننة، وهى تمثل: من عدة زوايا- النموذج الموضوعى والتجريبى للقياس. ويظهر بوضوح استخدام بيانات الفئة (T) فى بحوث باندورا عن الأداء فى علاقته بالأهداف، وفى البحث الذى استخدم فيه عدد من المقاييس الفسيولوجية للمشقة (معدل دقات القلب[١]، واستجابة الجلد الجلفانية[٢]، ووظائف جهاز المناعة). ومع ذلك، فإن البيانات من الفئة (T) غالبًا ما يصاحب استخدامها أنواع أخرى من البيانات، لذلك، غالبًا ما كان "باندورا" يستخدم بيانات أدائية مصحوبة بتقديرات ذاتية لاعتقادات الفرد فى كفاءته الذاتية، والمقاييس الفسيولوجية للضغوط، ودراسة ارتباط ذلك باستخبارات تقدير أسلوب التعايش[٣]. والاستخدام النموذجى لبيانات الفئة (T) فى بحوث الشخصية على اختبار الفروض المتعلقة بوظائف الشخصية أكثر من استخدامها كأساس لتوضيح الفروق الفردية. وتمثل مثل هذه البيانات

---

(١) Heart Rat
(٢) Galvanic Skin Conductance
(٣) Coping Style

عينات شديدة المحدودية لسلوك الفرد بهدف الوصول إلى تعميمات غير مؤكدة غالبًا عن الوظائف النفسية فى المواقف الطبيعية.

ونتيجة لاهتمام بحوث الشخصية بالفروق الفردية ظلت بيانات الفئة (S)، أو بيانات التقارير الذاتية، صاحبة النصيب الأكبر فى مثل هذه البحوث. ويتضح ذلك بوضوح فى عديد من الاستخبارات، ومقاييس التقرير الذاتى التى عُرِضت عبر هذا الكتاب، وتتميز بيانات التقرير الذاتى بسرعة جمع البيانات الممثلة لمدى واسع من جوانب الظاهرة موضع اهتمام الباحث. وتتميز الاستخبارات بسهولة تطبيقها على جماعات كبيرة من المبحوثين، وخاصة طلاب الجامعات الذين يقبلون الالتزام كمبحوثين بمتطلبات الأداء على مثل هذه المقاييس، كما أن هذه المقاييس من السهل حساب الدرجة عليها. ويشير بعض علماء النفس إلى أن بيانات التقرير الذاتى تصبح مفيدة متى طلبنا من المبحوثين أن يذكروا أشياء لازالت حاضرة فى أذهانهم، ومع ذلك فإنهم لا يثقون كثيرًا فى الاعتماد على الذاكرة، واستصدار الأحكام الواسعة عند استخدام مثل هذه الاستخبارات (Ericsson & Simon 1980) ويثير ناقدو البيانات المستمدة من التقرير الذاتى قضية أن الأفراد يقدمون غالبًا صورة غير دقيقة عن أنفسهم ـــ سواء بوعى منهم أم بدون وعى. فَهُمْ غالبًا يعزون أفعالهم إلى أسباب خاطئة كما أن استجاباتهم تتأثر بالطريقة التى تصاغ بها البنود أكثر من تأثرها بمضمون هذه البنود (D.N. Jackson & Messick, 1958, Nisbett & Wilson & Stone, 1985) وتتضح مشكلة أسلوب الاستجابة فى الميل إلى قبول محتوى البنود أو رفضها، وهو ما يسمى بالميل إلى الإذعان[١] لذلك فإن المبحوثين قد يفضلون الاستجابة بكلمات مثل أحب أو أوافق (بالنسبة للموافقين)، أو لا أحب، لا أوافق (بالنسبة للرافضين)(Jackson & Messick, 1967, Wiggins, 1973)

اهتممنا هنا بأربع فئات من بيانات الشخصية، وطرحنا بعض التعليقات المختصرة حول عدد من مناطق القوة والضعف المرتبطة بكل فئة منها. والهدف

---

(١) Tendency to Acquiescence

من ذلك الذى نسعى إلى تأكيده، هو أن هناك أنماطًا مختلفة من البيانات التى يمكن أن يستمد منها باحثو الشخصية بياناتهم، وكل نمط من البيانات قد يكون أكثر -أو أقل- مناسبة لبعض الأغراض المستخدم فيها عن بعضها الآخر. (Moskowitz, 1986) ومع أن باحثى الشخصية يصبحون غالبًا أكثر تعلقًا بنمط أو بآخر من البيانات، فهناك مراحل من الزمن تكون خلالها أحد أنماط البيانات -مقارنة بغيرها- أكثر أو أقل تفضيلاً، كما أنه من الممكن استخدام أكثر من نمط من البيانات فى مراحل محددة من البحث، أو خلال جميع مراحل برنامج بحثى ممتد. على سبيل المثال، استخدام باندورا -كما لاحظنا- التقارير الذاتية لقياس معتقدات كفاءة الذات، واستخدم مقاييس التفضيل فى مواقف وضع الأهداف(١)، ومقياس وظائف نظام المناعة(٢). وعلى نحو مشابه، استخدم كل من لازاروس وكارفر وشيير الاستخبارات والمقاييس الفسيولوجية فى بحوثهم عن الضغوط والتوافق والصحة. وقد دعا أحد الخبراء -على الأقل- فى المجال إلى مزيد من التعدد المنهجى التكاملى فيما يتصل ببحوث الشخصية، وعادت بنا هذه النظرة إلى جهود هنرى موراى Henery Murray، وهى تلقى اليوم مزيدًا من التدعيم (Craik, 1986).

عودة إلى الاهتمام بالثبات والصدق

ناقشنا فى الفصل الأول -الخاص بمناهج البحث- الأهداف العامة للثبات والصدق فى مختلف بحوث الشخصية، وأشرنا هناك إلى ارتباط الثبات بالقابلية لاستعادة المشاهدات، وصدق القياس، ودقة البيانات التى تم جمعها. والآن سنتطرق إلى عديد من الجهود البحثية المتنوعة، التى قد تفيد فى إلقاء الضوء على هذه المفاهيم بشىء من التفصيل.

يعبر الثبات عن الحاجة إلى التأكد من أن أحد مقاييس الشخصية يعكس التباين

---

(١) Goal-Setting
(٢) Immunological System

الحقيقى والمنظم فى خصال الفرد، وليس انعكاسًا لتباين الخطأ والتحيز والعشوائية. ويرتبط العديد من أنواع الثبات باختبارات الشخصية، ولعل أبسط هذه الأنواع هى التى تسعى للتحقق من أن تقديم الاختبار فى أكثر من سياق سيؤدى إلى الحصول على درجات متشابهة لدى المبحوث الواحد، وهو ما يُعرف ***بثبات إعادة الاختبار***(١). فإذا افترضنا أن المفهوم موضع القياس ثابت ولا يتأثر بالأحداث الموقفية البسيطة سيصبح من المتوقع أن تقديم الاختبار فى أكثر من موقف سيؤدى إلى الخروج بنتائج قابلة للمقارنة، بما يحقق متطلبات القابلية للاستعادة.

وإذا افترضنا مع ذلك أن التقديم الأول للاختبار من شأنه أن يغير من طبيعة الاستجابة، أو إذا افترضنا أن هناك تأثيرًا للممارسة على الأداء، أو أن استجابة الفرد عند الأداء الثانى على الاختبار ستتأثر نتيجة إعادة طرح الفرد لما قدمه عند الأداء الأول على الاختبار، فى هذه الحالات لا يصبح التقدير على التطبيق الثانى مستقلاً، ولذلك لا يكون مناسبًا لتقدير الثبات. لمعالجة مثل هذه المشكلات، تقدم فى بعض الحالات صور بديلة أو مكافئة للاختبار. ولأن المفترض فى هذه الحالة أن الصور البديلة متوازية ومتكافئة، فإن درجة الاتساق فى الأداء على الاختبارين ستكون مؤشرًا للثبات، وهو ما يسمى ***بثبات الصور البديلة (أو المتكافئة)***(٢). وعلى الرغم من أن وضع صور بديلة أو متكافئة من الاختيار أمر شائع فى اختبارات الذكاء والقدرات، فإن الأمر أقل شيوعًا فى حالة استخبارات الشخصية، والاستثناء الواضح من ذلك يمثله الصورتان المتكافئتان من استخبارات كاتل للعوامل الستة عشر لقياس سمات الشخصية.

وعندما يكون للاختبار طول مناسب، يقدر الثبات بمقارنة الأداء على النصف الأول من الاختبار بالنصف الثانى منه (***ثبات القسمة النصفية***(٣)). أى تقارن

Test – Retest Reliability (١)
Alternate (Equivalent) (٢)
Split-Half Reliability (٣)

استجابة المبحوث على النصف الأول باستجابته على النصف الثانى، أو تقارن استجابته على البنود الزوجية باستجابته على البنود الفردية. وتكشف هذه الصورة من الثبات -بدرجة معينة- الاتساق الداخلى للاختبار، بمعنى آخر تبين إذا كانت مختلف أجزاء المقياس تقيس الشىء نفسه أم لا.

وترتبط أشكال الثبات السابقة -بمختلف صورها- بالتحقق من الاتساق فى استجابة المبحوث، ويفترض فى هذه الحالات أن متطلبات الأداء على اختبارات خصال الشخصية ثابتة. إلى جانب ذلك، هناك نوعان آخران من الثبات يرتبطان بالقائم بجمع البيانات، النوع الأول هو *ثبات المصححين*(١)، حيث يجب أن تتسق تقديرات اثنين من المصححين فى الحكم على أداء مبحوث واحد على الاختبار. وهناك اليوم برامج جاهزة تقوم بالتقدير الآلى للأداء على كثير من الاختبارات الشخصية الرئيسية. وفى هذه الحالة، يكون ثبات التصحيح أمرًا مؤكدًا. ومع ذلك هناك اختبارات غير متاح لها برامج تحسب الدرجات عليها آليًا، أو تكون من النوع الذى يتطلب مصححًا مدربًا لتقدير الدرجة عليها. فيستخدم كثير من باحثى الشخصية بيانات ذات طبيعة مجازية، مثل الاستجابة على بطاقات اختبار تفهم الموضوع TAT والذى يتطلب حساب الدرجة عليه وضع درجات محددة للاستجابات فى ضوء إجراءات وتعليمات محددة مسبقا (C. P. Smith, 1992).

والنوع الثانى من الثبات المتصل بالقائم بجمع البيانات هو "ثبات التفسير(٢)". ويتم الاهتمام بثبات التفسير عندما يكون هدف المقدرين هو تقدير ما وراء البيانات التى يقومون بجمعها لوصف الشخصية. وقد سبق أن لاحظنا بالفعل المشكلات التى تفجرت عند تقدير الأداء فى دراسة مكتب الخدمات الاستراتيجية (OSS). حيث كشفت الأساليب للتقدير عن اتفاق ضعيف، أو ثبات منخفض للمحك، مما خلق مشكلات لفريق البحث أثناء سعيه لتحديد مدى النفع من وراء جهوده للتقدير،

---

(١) Scorer Reliability

(٢) Interpreter Reliability

فيصبح ثبات التفسير فى الغالب مشكلة عندما تتنوع وتتداخل البيانات العيادية. فإذا افترضنا أن مجموعة المشاهدات قد سجلت بأساليب مختلفة لنفس الفرد، فقد يؤدى ذلك بالباحثين العياديين إلى وضع تصورات مختلفة لشخصية المبحوث. الموضع الآخر الذى تظهر فيه -غالبًا- مثل هذه المشكلات يبرز عند استخدام الاختبارات الإسقاطية، كاختبار بقع الحبر لرورشاخ. مثل هذا الاختبار على الرغم من إمكان حساب الدرجة عليه بدرجة ثبات مقبولة، وعلى الرغم من إمكان الوصول -من خلاله- إلى وصف للشخصية، بدرجة مقبولة من ثبات التفسير(Exner,1993)، فإن مستخدميه عندما تذهب تفسيراتهم للأداء بعيدًا عن القواعد الموضوعة للتفسير، فإنهم يخاطرون "بالثبات" مما يؤدى إلى ضعف ثبات التفسير. فالباحث لا يعطى حينئذ اهتمامًا كبيرًا بدرجة الاتساق فى قياس الثبات، ولكنه يرغب -بدلاً من ذلك- فى العمل معتمدًا على حسه الفنى، وما لديه من مهارات الاستبصار، والإبداع (Lilienfeld, Wood & Grab, 2000).

باختصار، ترسخ مثل هذه الأشكال من الثبات أسس مبدأ القابلية لاستعادة المشاهدات التى تجمع عن الشخصية[١] سواء اتصل هذا باستجابات المبحوثين، أو تعلق بتقديرات وتفسيرات المشاهدين. ويشكل دائمًا ثبات المصححين والمفسرين جزءًا أساسيًّا من أهداف العلم. فكما سبق أن لاحظنا فى الفصل الأول، يتجلى جوهر العلم فى إمكان تكرار الملاحظات، وفحصها وقابليتها للاستعادة من قِبل مشاهدين آخرين. فالعلم لا يعتمد على تعهد من الفاحص بالالتزام بكلمة شرف، أو افتراض أمانته أو اعتباره معصومًا من الخطأ. كما أن الواقع يبين لنا -لسوء الحظ- أنه ليس أمرًا نادرًا أن ترتكب أخطاء تتصل بالأمانة فى التقدير، أو التحليل الإحصائى، أو فشل الفاحصين الآخرين فى التوصل إلى النتائج نفسها التى خرجت بها إحدى الدراسات المنشورة.

ستعتمد درجة الثبات التى يتطلبها حدوث اتساق فى استجابات المبحوث على

---

(١) Replicability of Personality Observations

طبيعة خصلة الشخصية موضع القياس، وظروف قياسها. فعلى سبيل المثال، قد يتوقع المرء من قياسين للطول فى مدتين زمنيتين بينهما فاصل قصير أن يكشف عن درجة مرتفعة من الاتفاق، فى حين لا يتوقع الأمر نفسه فى حال إجراء قياسين ارتقائيين عبر مرحلتين عمريتين يتراوحان بين سنتين وعشرين سنة. وعلى نحو مشابه، قد يتوقع المرء من قياسين للوزن أجريا فى ظروف متشابهة (قابلة للمقارنة) أن يكشفا عن درجة مرتفعة من الاتفاق، فى حين لا يتوقع الأمر نفسه عند إجراء قياسين لأداء لاعب رياضى تم أولهما قبل مشاركته فى حدث رياضى، وتم ثانيهما بعد مشاركته فى هذا الحدث.

فيما يتصل بقياسات الشخصية، قد نتوقع درجة مرتفعة من الاتفاق بين القياسات التى تجرى عبر مدتين زمنيتين مختلفتين، أو فى ظروف قياس متباينة ــ وذلك فقط فى حالة افتراض أن الخصلة محل القياس ثابتة عبر الزمن، والمواقف. وفى معظم دراسات علم النفس، يميل علماء نفس الشخصية إلى افتراض عمومية الاستجابة عبر المواقف، فى حين يؤكد علماء النفس المعرفيون والاجتماعيون أن الموقف أو السياق يعتمد على طبيعة وظائف الشخصية. فيتوقع علماء نفس السمات درجة مرتفعة من الاتساق فى السلوك عند قياس خصال من قبيل الأمانة، والاجتماعية، والسيطرة، بالمقارنة بعلماء النفس المعرفيين الاجتماعيين. لذلك فإن لكل من هاتين الوجهتين من النظر تطبيقاتها المختلفة، فيما يتصل بأنماط اتساق الاستجابة، أو الثبات المتوقع والمطلوب، ومع ذلك يتفق كلا الفريقين على أهمية ثبات المشاهدين.

لقد أصبح لدينا الآن فرصة أكبر لفهم مفهوم الثبات بطريقة أكثر تعمقا مما كان عليه الحال فى الفصل الأول. وسوف نحاول اتباع نفس النهج فيما يتصل بمفهوم الصدق؛ فقد أشرنا فى الفصل الأول إلى أن الصدق يُعنى بصواب القياس أو دقته، ومن ثم يتضمن مفهوم صدق الاختبار درجة الدقة التى نقيس بها ما ندعى أننا نقيسه. وكما كان الحال فى مفهوم الثبات، فهناك صور متباينة للصدق: ففى

الصدق التلازمى[١]، تتم مطابقة الدرجة على الاختبار بما يقابلها على اختبار آخر. فعلى سبيل المثال، قد تتم مطابقة الدرجة على اختبار مختصر لأحد مفاهيم الشخصية بالدرجة على صورة أخرى لاختبار أطول مما يعطى الاختبار الأقصر مؤشرًا للصدق التلازمى. وعلى نحو مشابه، الدرجة على أحد الاستخبارات قد تتم مطابقتها مع الدرجة المستمدة من إجراء مقابلة مطولة. وفى الواقع، تعد بطارية منيسوتا متعددة الأوجه MMPI -والتى تمثل أكثر استخبارات الشخصية استخدامًا- جزءًا مشتقًّا -بشكل متميز- يستخدم كبديل عنها، المقابلات التشخيصية للأمراض النفسية المطولة.

فى *الصدق التنبؤى*[٢]، يتم حساب درجة التطابق بين الدرجة على الاختبار وقياسات الأداء التى تجرى فى مدد زمنية لاحقة للأداء الأول. على سبيل المثال، يتوقع من مقياس للاستعداد الميكانيكى أن يتنبأ بمن ينجح فى اجتياز برنامج تدريبى يتعلق بهذه الاستعدادات، ويتوقع من مقياس للاستعداد الفنى أن يميز بين من لديهم قدرات فنية متميزة ومن ليس لديهم مثل هذه القدرات. وقد يتضح المعنى أكثر من المثالين الآتيين الأكثر اقترابًا من طرق البحث فى الشخصية. فالمتوقع من مقياس الحاجة إلى الإنجاز أن يتنبأ بنجاح رجال الأعمال، كما يتوقع من قياس سمة الوعى باستخدام مقياس مثل استخبار بطارية الشخصية (NEO-PI) أن يتنبأ بالأداء الوظيفى. وفى الجزء التالى من الفصل، سوف نهتم بموضوع الصدق التنبؤى بشكل أكثر تفصيلاً، وإلى أن يحين ذلك، فمما يجدر ذكره الآن أن المراجعة الراهنة للتراث العلمى تكشف عن وجود دليل ضعيف على الصدق التنبؤى للاختبارات الإسقاطية مثل اختبارى الرورشاخ وتفهم الموضوع (Lilienfeld, et al., 2000).

وإذا كان مفهومًا الصدق التلازمى، والصدق التنبؤى، واضحين إلى حد كبير،

---

(١) Concurrent Validity

(٢) Predictability Validity

فإن النوع الثالث من الصدق يعد الأكثر تعقيدًا والأكثر ارتباطًا -كذلك- بالنظرية والبحث فى الشخصية، ألا وهو *صدق التكوين*[1] (Campell- fish, 1959, Cronbach & Meehl, 1955). ونهتم فى صدق التكوين بجمع مؤشرات بحثية تدعم المفهوم أو التكوين النظرى المتصل بالشخصية، وقياسه كذلك. وهذا النوع من الصدق شبيه من زوايا عديدة بجميع المؤشرات المستخدمة كداعمات للنظرية. بمعنى آخر هو يتضمن العملية المستمرة لصياغة الفروض واختبارها؛ فما نخرج به من نتائج عند إجراء بحث معين تكون داعمة للفروض، وهو ما يدعم -بالتالى- بناء مفهوم الشخصية، وطريقة قياسه. فإذا لم تدعم نتائج البحوث الواقعية الفروض، فإن هذا يشير إلى وجود مشكلة فى تكوين المفهوم أو فى أسلوب قياسه أو فى كلا الأمرين.

قد يكون من الأفضل أن ننظر إلى مفهوم "صدق التكوين" فى سياق أحد المشاريع البحثية الواقعية. فمثلاً لو افترضنا أننا بصدد سمة معينة، مثل أى من سمات الأبعاد الخمسة الأساسية للشخصية، والتى هى جزء من نموذج العوامل الخمسة للشخصية، وأننا استخدمنا مقياس الأبعاد الأساسية للشخصية(NEO-PI) لقياس هذه الأبعاد. إن المفهوم العام لهذه السمة، يتمثل فى الأبعاد النوعية للسمة، والاستخبار المستخدم لقياس هذه الأبعاد، يمثل كل منها جزءًا أو قسمًا معبرًا عن هذا المفهوم (حيث تشكل الأبعاد معًا المفهوم العام للسمة). فإذا تراكمت دلائل أو مؤشرات بحثية واقعية داعمة لذلك، على نحو ما لوحظ فى الفصل الثانى، عندئذ يكون هناك ما يدعم بقوة صدق هذه المفاهيم وما يقيسها. بمعنى آخر، تكون هناك درجة مرتفعة من صدق تكوينى. أما إذا لم تدعم نتائج البحث ذلك، عندئذ قد يتساءل المرء عن المفهوم المعبر عن السمة، أو عن المقياس المستخدم لقياسها فى الدراسة. ويطرح أنصار اتجاه التنوع الموقفى للسلوك أسئلتهم عن مفهوم السمة ككل، بينما

---

(1) Construct Validity

تنصب تساؤلات الباحثين المتوقعين منهم لدور أكبر لسمة الانبساطية مثلاً مقارنة بسمة الاجتماعية عن الطبيعة الحقيقية لأحد الأبعاد الأساسية للشخصية، وقد يسألون حول أى من المقاييس الفرعية لبطارية الأبعاد الخمسة للشخصية (جدول ٢) تتدرج فعليًا تحت الأبعاد النوعية للسمة موضع القياس. إن ما يجب الالتفات إليه هنا أن تطور الوصول إلى صدق التكوين للمقاييس يشبه أحيانًا الطبيعة التراكمية للعلم، التى تتسم بأنها عملية تدرجية من تراكم للمؤشرات والدلائل أثناء اختبار الفروض، أو أثناء البحث عن جوانب النفع من قياس الشخصية. وتتشابه العملية السابقة إذا كنا بصدد أى مفهوم آخر من مفاهيم الشخصية، ومختلف القياسات المختلفة المتاحة فى التراث حول هذه المفاهيم سواء أكانت التفاؤلية (lot)، أم الدافع للإنجاز أم قياس الخيالات المترابطة، أم أسلوب العزو، أم (ASQ)...... وهكذا.

اتضح لنا الآن، لماذا يعد مفهوم الصدق أمرًا شديد الأهمية فى مجال البحث فى الشخصية. ومع ذلك هناك مشكلتان مرتبطتان ببعضيهما البعض، تبرزان عند دراسة هذا النوع من الصدق. المشكلة الأولى تبرز عندما يوجد مقياسان لنفس المفهوم ومع ذلك لا تتفق نتائج تطبيقهما مع بعضهما البعض. مثلاً، استخبار الحاجة إلى الإنجاز(١)، ومقياس الدافع للإنجاز المعتمد على استخدام الخيال(٢). لم يرتبطا مع بعضيهما بعضًا فى قياس نفس المفهوم (koestner & McClelland, 1990). وبالمثل، توجد بعض الأسئلة حول أى المقاييس المتاحة لقياس التفاؤل(٣) والتوافق ترتبط بعضها بعضًا. أما ثانى هذه المشكلات فيتعلق بوجود مفهومين مختلفين يشيران إلى شيء واحد؛ فعلى سبيل المثال هل مفهوم التفاؤل يقابل مفهوم الوجدان السلبى أم يقابل مفهوم العصابية؟ أو إلى أى درجة يرتبط مفهوم الوجدان الإيجابى بالانبساطية؟ للتعامل مع هاتين المشكلتين نكون فى حاجة شديدة لجمع

(١) Need For Achievement
(٢) Fantasy Measure
(٣) Optimism

الدلائل على كل من الصدق الالتقائى[1] والصدق التمييزى[2] (فصل ١)، بمعنى أخر خلال عملية التحقق من الصدق التكوينى لمفهوم معين، نكون فى حاجة إلى التأكد من أن مقاييس هذا المفهوم ترتبط بمقاييس المفاهيم الأخرى المرتبطة به (الصدق الالتقائى) وفى الوقت نفسه لا ترتبط بمقاييس المفاهيم غير المرتبطة به (الصدق التمييزى).

من الواضح أن موضوع الصدق أمر معقد تمامًا، وأن كل مقياس للشخصية يجب تقويمه منفردًا على نحو مستقل. وكما سبق أن لاحظنا فإن صدق الاختبارات الإسقاطية مثل الرورشاخ وتفهم الموضوع مثار تساؤل. مع أن القياسات التى يستخدم فيها تفهم الموضوع يبدو أنها مازالت مقيدة فى بحوث الشخصية (Woike & Adams, 2001). إن ما يلقى اهتمامًا أكبر هو الاهتمام المتزايد والمتصل بدرجة النفع من التقدير النفسى. واستجابة لذلك أنشأت رابطة علم النفس جماعة عمل لتقويم النفع العملى من التقدير فى مجال الممارسة العيادية. وعلينا أن نلاحظ أن الموضوع هنا يتصل بالنفع فى مجال الممارسة العيادية وليس فى المجال البحثى. إن الخلاصة التى تم التوصل إليها تتعلق بأن كثيرًا من أدوات التقدير التى تشير إلى أن هناك ارتباطات ضعيفة فيما يتصل بالظواهر محل الاهتمام، ونادرًا ما تزيد عن ٠,٣٠، فإنها لاتزال مقيدة فى مجال الممارسة. النقطة التى تثار هنا تتصل بأن كثيرًا من التدخلات الطبية، مثل العلاج بمضادات ضغط الدم المرتفع، واستخدام الفياجرا لتحسين الوظائف الجنسية تُعد مفيدة رغم ضعف ارتباطها (Meyer et al., 2001) بمعنى آخر، الاختبارات النفسية قد تكون مفيدة إذا كانت ارتباطاتها ضعيفة بالظاهرة محل الاهتمام. ومع أن الجهة راعية هذا البرنامج ومؤلفى التقرير لهم اهتمامات على وعى شديد بذلك، فإن التقرير لم يقدم

(١) Convergent Validity

(٢) Discriminatant Validity

توصية تشير إلى أن الاختبار يمكن أن يفيد حتى عندما يكون متوسط الارتباطات ضعيفًا. بالإضافة إلى ذلك كان التقرير مفيدًا فى إلقائه الضوء على صعوبة تحقق ارتباطات أعلى من ٠,٣٠.

بعض الأسئلة المرتبطة بتقدير الشخصية

تقوم تقديرات الشخصية بدور مهم فى مجال إدارة الأعمال، عندما نكون فى حاجة إلى اتخاذ قرارات تتعلق بالتوظيف. وتقوم كذلك بدور مهم فى المواقف العيادية عندما نكون بصدد اتخاذ قرارات تتصل بالتشخيص والعلاج. ومع ذلك، سنركز هنا مبدئيًا على دور "التقدير" فى بحوث الشخصية. فمع أن الأسئلة التى سنعرض لها ستكون -فى بعض الأوقات- ذات علاقة بمواضيع تطبيقية، فإن تركيزنا الأساسى سيكون على ما يتصل منها بتقدير الشخصية فى بحوث الشخصية.

العلاقات القائمة بين التقديرات الذاتية وتقديرات المشاهدين

ما العلاقة بين التقديرات الذاتية وتقديرات المشاهدين؟ إن مراجعة البحوث التى عرضناها عبر فصول هذا الكتاب، تشير إلى أن الباحثين فى مجال بحوث الشخصية أكثر استخدامًا لبيانات التقارير الذاتية، حيث تستمد مثل هذه البيانات من الاستجابات عن الاستخبارات ولكن قد تتضمن كذلك تقديرات للحالة المزاجية[١]، والذاكرة، والشكاوى الصحية، والأحلام، والأفكار. لقد لاحظنا أن اهتمامات بعض علماء نفس الشخصية ارتبط ببيانات التقارير الذاتية (Sdata) فأشار موراى -كما لاحظنا- إلى أن إدراكات الأطفال لذواتهم لا تكون دقيقة، وهو ما يرجع إلى ضعف وعيهم بحالاتهم الداخلية، ولأنهم يستبقون فى ذاكرتهم عديدًا من الأحداث المنطوية على عديد من المغالطات. وأن كثيرًا من الراشدين لا يكونون فى وضع أفضل كثيرًا من ذلك (Nisbett & Ross, 1980; Nisbett & Wilson, 1977) . ومن

---

(١) Mood

زاوية أخرى مختلفة تمامًا، طرح نيسبت Nisbett أسئلة حول كيف يستطيع المبحوثون الماهرون تقديم تقرير عن عملياتهم العقلية؟ هل لديهم معلومات إضافية غير متاحة للمشاهد الخارجي؟ وإذا كان ذلك كذلك، كيف يستطيعون أن يقدموا هذه المعلومات لتكون متاحة للآخرين؟ لذلك، ولأسباب تركز على العمليات الدفاعية، وأيضًا على محدودية معرفة الأفراد بأنفسهم، فإن كثيرًا من علماء النفس يطرحون أسئلة حاسمة تركز على صدق بيانات التقرير الذاتي (S-data) ودرجة الإفادة منها.

ما استجابة أولئك الذين يستخدمون بيانات التقرير الذاتي؟ يحاول البعض إثبات أن العبارات التي تصاغ بها الاستخبارات يمكن أن تعامل كمصدر للبيانات دون التعامل مع العبارات على أنها دقيقة. بمعنى آخر إذا ما قدم الفرد تقريرًا ذاتيًّا عن شكواه الصحية من خلال إجابته على استخبار معين، فإن هذا التقرير يكون مهمًّا بصرف النظر عن مدى مضاهاته للمرض الواقعي. وبدون اشتراط هذه المطابقة، فإننا نستطيع أن نخلق علاقة واقعية (إمبريقية) بين الاستجابة عن البند وباقي الظواهر الأخرى الملاحظة. على سبيل المثال، التقارير الذاتية التي يقدمها شخص معين عن مشاعره تجاه الآخرين قد ترتبط بعديد من المشاهدات الأخرى، بصرف النظر عما إذا كان الأفراد الذين قدموا مثل هذه العبارات قد طلب منهم بشكل مستقل أن يركزوا على مشاعر الآخرين. في هذه الحالة، يمكن أن تعالج بيانات التقرير الذاتي كأي بيانات أخرى (مثل زمن الرجع، أو الاستجابة الفسيولوجية). إن أهمية هذه التقارير تكمن في العلاقات التي يمكن أن تنشأ بينها وبين غيرها من البيانات، أكثر من مدى صدقها أو دقتها في حد ذاتها " وهكذا.

تقترح وجهة النظر المقابلة لوجهة النظر الأولى، أن إمكانات تقديم الأفراد لتقارير ذاتية دقيقة عن أنفسهم يعتمد على ما يُطلب منهم أن يقدموا عنه مثل هذه التقارير. فبإمكان الأفراد -وفقًا لهذا التصور- أن يقدموا عمومًا تقارير ذاتية عن أنفسهم إذا كانت الأسئلة خاصة وشخصية، وتتصل بأحداث وقعت حديثًا، وفي

المقابل، قد يفشلون فى إصدار أحكام إجمالية تتطلب تحليلاً لعدد ضخم من المعلومات. على سبيل المثال، جادل باندورا (Bandura,1986) فى إثبات أن الأحكام المتصلة بكفاءة الذات تتصل بمهام نوعية، وفى الوقت نفسه، فإن ما يتعلق بكيف تؤدى هذه المهام قد يكون مفيدًا حتى إذا لم تكن هناك أحكام تتصل بالسمات الأكثر عمومية. وفيما يتصل بناقدى استخدام بيانات التقارير الذاتية (s-data) الذين يحاولون إثبات وجود حيل دفاعية لدى الأفراد تشوه استجاباتهم (موراى) أو رأيهم فى أن الأفراد يعجزون عن تقديم تقارير ذاتية عن عملياتهم المعرفية (نيسبات Nsibett)، يسأل باندورا:

"بأى الوسائل، ولتحقيق أى الأهداف، يمكن للعمليات المعرفية غير المشعور بها -التى تنظم السلوك- أن تعاق عن الشعور تاركة الأفراد لعدد ضخم من اللامتعلقات والأفكار غير ذات الصلة التى تضلل الشعور؟ فبينما لا يكون الأفراد على وعى كلى بكل مظاهر تفكيرهم، فإن تفكيرهم لا يكون -بشكل كبير- لا شعوريًا. فالأفراد بشكل عام يعرفون ما الذى يفكرون فيه (Bandura, 1986, pp.124,125).

يأتى دليل أكبر داعم لاستخدام بيانات التقرير الذاتى من قبل "فندر" (Funder, 1993, 2001) الذى أشار إلى وجود دليل قوى يدعم رأيه، بأن الأفراد يقدمون غالبًا أحكامًا دقيقة تتصل بخصالهم الشخصية الذاتية. ورغم ذلك يطرح السؤال كيف للفرد أن يثبت صدق مثل هذه الأحكام؟ أحد المناحى التى تستخدم هنا، هى أن نسأل إذا كانت الأحكام الذاتية للفرد يمكن مضاهاتها بأحكام أفراد آخرين من بين الذين يعرفونه. وقد رأينا بالفعل فى الفصل الثانى أن هناك دليلاً ذا دلالة إحصائية يؤكد وجود مستوى مقبول فى الاتفاق بين التقديرات الذاتية، والتقديرات التى تصدر عن الأقران أو شركاء الحياة على مقياس عوامل الشخصية الخمسة الكبرى. (McCrae & Costa, 1990; Riemann, Angleitner & Strelau, 1997; Waston, Hubbard & .Wiese, 2000) وفى الوقت نفسه، من الواضح

أنه من السهل أن تُطرح أحكام عن بعض خصال الشخصية أكثر من بعض الخصال الأخرى. أيضًا من السهل أن تُقدم أحكامها عن خصال شخصية معينة بالمقارنة ببعض الخصال الأخرى. ويبدو أن الأمر الأكثر حسمًا هنا يتعلق بمشاهدة السلوك المرتبط بالخصال موضع الاهتمام.(Funder & Dobroth, 1987) إن السمات التى تسهل مشاهداتها تلقى اتفاقًا أفضل من قبل الآخرين. على سبيل المثال، تلقى سمة الاجتماعية اتفاقًا أكبر نسبيًّا من قبل المشاهدين الخارجيين؛ لأن السلوكيات التى تحدد الانبساطية -التى تتضمن الاجتماعية- تكشف بشكل مباشر عن السلوك الاجتماعى. وفى المقابل، تلقى سمة العصابية اتفاقًا أقل من قبل المشاهدين الخارجين؛ لأن السلوكيات المعبرة عنها أقل وضوحًا. إن تعدد فرص ملاحظة السلوكيات المرتبطة بالسمة تيسر أيضًا من حدوث الاتفاق مع تقارير الآخرين عن الفرد.

ويرى المؤيدون لاستخدام مقاييس التقرير الذاتى أن الارتباطات الملحوظة تمثل أمرًا جوهريًّا، وأنها تقف "كدليل على أن كل التقديرات والتقارير الذاتية أساليب مفيدة لقياس الشخصية، أو على الأقل هى أكثر وضوحًا وأقرب إلى الصدق منها إلى الخطأ(McCare & Costa, 1990, p.38) . ويَخلُص هؤلاء المؤيدون لاستخدام التقرير الذاتى إلى أن الأفراد الذين يقدمون تقديرات لوصف ذواتهم، حتى مع تباين السياقات، يكون لديهم جميعًا معرفة تزيد أو تنقص عن الشخص نفسه.(Funder, Kolar & Blackman 1995) ومع ذلك فإن أولئك الذين يتساءلون عن الصدق، والفائدة من استخدام مقاييس التقرير الذاتى هم أشبه بمن ينظرون إلى النصف الفارغ من الكوب بدلاً من أن ينظروا إلى نصفه المملوء، فيركزون على جوانب الخطأ أكثر من تركيزهم على جوانب الصواب. وبالتالى يختلف ما ينشغل به هؤلاء وأولئك وفقًا لنظرتهم للموضوع. فَمَنْ ينظرون إلى نصف الكوب المملوء يتركز ما يحاولون إثباته على قضايا من قبيل مدى ما يظهره مَنْ يعرفون الشخص جيدًا من اتساق فى تقاريرهم عن الشخص، مقارنة بالمشاهدين

محدودى الاتصال بنفس الشخص. وفى المقابل يرى مَنْ ينظرون إلى النصف الفارغ من الكوب أن مثل هذا التحسن فى الاتفاق قد تأتى دقته انعكاسًا لتعدد فرص الملاحظة من قبل المحتكين بالفرد، أو انعكاسًا للنقاش، والتخاطب اللفظى المباشر بين الشخص والمقربين منه، والذين هم على معرفة شخصية به. بالإضافة إلى ذلك، يقترح هؤلاء الباحثون أن درجة الاتفاق بين المقدرين الذين يعرفون الشخص بتفاعلهم معه فى سياقات مختلفة تكون أقل من درجة اتفاق المقدرين الذين يعرفونه بتفاعلهم معه فى السياق نفسه، لذلك يرون أن المقدرين –من الفئة الأولى- بمثابة من لا يعرف نفس الشخص (Pervin, 2002).

إن القضية التى يمكن أن نُلقى عليها المزيد من الضوء، قد تتضح بتناولنا العلاقة بين "التقدير الذاتى المقدم من قبل الفرد" و"التقدير المقدم من شريك حياته". فعندما نقارن مثل هذه التقديرات ببعضها بعضًا، فإن ما يكشف عنه الاتفاق أو الاختلاف بين هذه التقديرات يمثل أمرًا غاية فى التشويق. دعونا نستعرض هنا ما كشفت عنه التقديرات التى قدمها زوج وزوجة لبنود مقياس NEO~PI .(Pervin & John, 2001) فقد كشفت البيانات المستمدة من إحدى الدراسات الواقعية أن كلا من الزوج والزوجة، قد كشفا عن اتفاق كبير على الدرجة الكلية للمقياس، واتفاقًا نسبيًا على أربعة من العوامل الخمسة للشخصية. حيث اتفق الزوجان على أن السمة البارزة فى الزوج (المبحوث الرئيسى) هى الانبساطية، أما سمة السماحة، فهى أقل بروزًا (وإن كان الزوج أقل إقرارًا بوجود هذه السمة لديه مما أشارت إليه زوجته). وقد اتفق الزوجان على تقدير الزوج بأنه متوسط على سمة الانفتاح على الخبرة، وأنه يحصل على درجة متوسط أو مرتفعة قليلاً على مقياس يقظة الضمير. ومع ذلك، ظهر فرق ملحوظ بين الزوجين فيما يتصل بتقدير درجة العصابية، ففى حين رأى الزوج نفسه مرتفعًا جدًا على العصابية، رأته زوجته منخفضًا على هذه السمة. فإذا تأملنا ما تعنيه تقديرات كل من الزوجين نجد أن من يحصلون على الدرجات التى ذكرها الزوج على مقياس السمات الخمس الأساسية (NEO~PI) تشير إلى

"أن درجات الأفراد الذين يقعون فى هذا المدى من العصابية يكونون عرضة لأن يعانوا من مستوى مرتفع من الانفعال السلبى، والمظاهر المتكررة من الكرب النفسى، وأنهم يكونون ذوى مزاج خاص، وحساسين بدرجة كبيرة، وغير راضين عن كثير من جوانب حياتهم". أما تقرير الأداء على مقياس NEO-PI سمات الشخصية الخمس وفقًا لتقديرات الزوجة لحالة زوجها، فيشير إلى "أن درجات الأفراد الذين يقعون فى هذا المدى من العصابية يكونون -على المستوى الانفعالى- جيِّدى التكيف، ونادرًا ما يعانون من نوبات الكرب النفسى، وهم ليسوا حساسين، أو متقلبى المزاج، وشكواهم من الحياة قليلة". وتشير الدرجات الظاهرية -على هذا النحو- إلى أن الزوجة تقدر خصال زوجها بوصفه منخفضًا على كل مكون من مكونات العصابية مقارنة بتقديره هو نفسه لنفسه. فهل يرجع هذا إلى أنه يعرف بعض الأشياء عن مشاعره لا تعرفها زوجته عنه؟ أم يتفق هذا مع النتائج التى سبق أن أشرنا إليها مبكرًا عن أن الاتفاق فى تقدير السمات يكون أكبر مع السمات الأكثر قابلية للمشاهدة مثل الانبساطية، ويكون أقل مع السمات الأقل قابلية للمشاهدة مثل العصابية؟ أم يرجع هذا إلى استخدم الباحث لمقاييس مختلفة لقياس العصابية ولقياس ما يرتبط بها من مشاعر مثل القلق، والاكتئاب، والعدائية؟ وفى ضوء هذه البيانات نجد أنه من الصعب تقدير أى الاحتمالات أو التفسيرات السابقة هو الأقرب إلى الصواب لتوضيح هذه التباينات. فى أى من هذه الحالات يُترك للفرد مهمة تقويم مستوى الاتفاق بين التقديرين. ويصبح هنا بين أمرين: هل ينظر إلى نصف الكوب المملوء، فينظر إلى المستوى العام للاتفاق بين طريقتى التقدير؟ أم ينظر إلى نصف الكوب الفارغ نتيجة الفروق الكبيرة فى التقدير، وعدم الاتفاق حول المكون الرئيسى للحياة النفسية الداخلية المحددة لشخصية المبحوث؟ ماذا سيقول المبحوث وزوجته إذا قدمت لهما هذه الدرجات فى شكلها الحالى؟ هل سيعد هذا مبعثًا للتناغم بينهما أم مبعثًا لإثارة المشكلات نتيجة لسوء فهم كل منهما للآخر؟

فى ضوء ما سبق، ماذا يمكن أن يقال عن صدق التقارير الذاتية؟ وإلى أى

حد يعرف الأفراد أنفسهم؟ وإلى أى مدى يحدث تشويش فى قدرتهم على التذكر، كما يذكر موراى؟ وفى معرفتهم بحالاتهم الداخلية؟ بالإضافة إلى ذلك، إذا كان بعض الأفراد ذوى قدرة مرتفعة على تقدير ذواتهم هل يمكننا أن نميز بين الأفراد من هذا المنظور؟ وإذا كانت بعض السمات يمكن تقديرها بدرجة أكبر من الدقة، فهل نحن فى موضع يسمح لنا بمعرفة أى السمات تزداد فرص النجاح فى تقديم تقرير ذاتى دقيق عنها؟. علاوة على ذلك، إذا كنا مهتمين بالتقدير العام للشخصية، ما حجم الأهمية التى يمكن أن نوليها -عند وصف شخصية الفرد- لدقة التقرير الذاتى؟ وما حجم التشويه المحتمل فى هذا التقرير؟ هذه عدة أسئلة معقدة، ليس لدينا الآن إجابات واضحة عنها. فجزء من الإجابة يعتمد على كيف يقرأ الباحث البيانات، وجزء منها يتعلق بجوانب الشخصية موضع اهتمامه. معظم باحثى الشخصية يوافقون على الشروط المحددة لاستخدام بيانات التقرير الذاتى، وهى الشروط التى تتعلق بمدى صدق البيانات المستخدمة، وهل نحن بصدد بيانات مرتفعة الصدق أم بصدد بيانات محل استفهام. من ناحية أخرى، تترك هذه الفروق -فى النظرة إلى بيانات التقارير الذاتية- منطقة رمادية محتملة من عدم الاتفاق، وهى المنطقة التى يشعر داخلها بعض الباحثين بكثير من الارتياح عند استخدام بيانات التقارير الذاتية. وعلى أية حال، إن الأكثر احتمالاً أن كل علماء نفس الشخصية يتفقون مع فندر فيما يذهب إليه. فهو يرى: "إنه من الحقائق المهمة التى ترسخت لدى علماء نفس الشخصية هو سعيهم لتأمل ما وراء إجابات المبحوثين على الاستخبارات"(p.213).

إمكان الخداع أو التزييف[١]

إلى أى حد يمكن للمبحوث أن يضلل -عن قصد- القائم بالتقدير، أو يعطى صورة زائفة عن شخصيته؟ هذا السؤال ليس مستقلاً عن السؤال السابق؛ فقد

(١) The Potential For Deception

انطوى السؤال الأول على مسلمة ضمنية تؤكد أن المبحوث يحاول أن يعطى تقريرًا دقيقًا عن ذاته (وقد يفشل فى ذلك لأسباب خارجة عن إرادته)، أما هنا فيرتكز السؤال حول السعى إلى التشويه العمدى للاستجابات أو إعطاء صورة زائفة عن الشخصية. إن هذا الموضوع يتعلق بالأهمية الملحوظة التى ارتبطت بتطبيقات تقديرات الشخصية فى الآونة الأخيرة. حيث يضطر -مثلاً- المرشح للالتحاق بمنصب معين (أو شغل مركز ما) إلى تقديم نفسه بصورة محببة. أو قد يكون الفرد -فى المقابل- تواقًا إلى تقديم صورة غير محببة عن نفسه لسبب ما، لكى يؤجل مثلاً الخدمة العسكرية، أو لكى يحصل على مميزات معينة إذا ما شُخِّص على أنه مريض نفسى. أتذكر هنا المرة التى طلب منى فيها ابنى أن أخبره كيف يجيب على أسئلة اختبارات مقاييس الشخصية التى ستقدم له خلال المقابلة التى ستعقد لاختيار المرشحين لإحدى الوظائف، عندما عاد إلى المنزل وسألنى عن رأيى إذا كان قد أجاب عن بعض الأسئلة بالطريقة التى تعطى عنه انطباعًا محببًا أو صورة مفضلة، فنصحته أن يجيب على مثل هذه الاستخبارات -دائمًا- بشكل صادق وموضوعى لأسباب عديدة، كان إحداها أنه سوف يصبح باختصار واضحًا وصادقًا أمام لجنة الاختيار.

ومع أن مشكلة التقدير المعنون به هذا الجزء، مرتبطة بشكل خاص بمواقف التطبيق، فإن لها ارتباطاتها أيضًا بمجال البحث فى الشخصية. فنحن نفترض - عادة- فى دراساتنا صدق مبحوثينا، وموضوعيتهم، وتعاونهم. ولسبب ما، هناك دلائل تشير إلى أن بعض المبحوثين -فى بعض المواقف- يتأملون بشكل متعمد - أو بشكل غير متعمد- فروض الباحث، ويحاولون عندئذ تقديم بيانات مؤيدة لما يرغب أن يجده لديهم، ليصبحوا فى نظره مبحوثين جيدين، أو على مستوى رفيع من العلم والمعرفة(Orne, 1962) ، فى مقابل ذلك، تمدنا خبراتنا الواقعية بمواقف أخرى، يكون فيها المبحوثون -أحيانًا- وبشكل عمدى، غير متعاونين، وغير صادقين، كما قد نجدهم شديدى السأم، وغير مكترثين لما نطلبه منهم.

ماذا يفعل علماء النفس المعنيون بتقدير الشخصية فى مثل هذه المشكلة؟ إن بعضهم يحاول أن يتحقق من درجة الصدق فى إجابات المبحوث وحجم اهتمامه. ويمكننا أن نتلمس ذلك فى مقياس مينسوتا متعدد الأوجه MMPI، ذلك المقياس الذى ينظر إليه –منذ وقت مبكر– بوصفه أكثر مقاييس الشخصية الموضوعية استخدامًا. فقد قدمت الصورة الأولى له فى الأربعينيات، لاستخدامه فى التمييز بين الأفراد فيما يتصل بعدد متنوع من الأمراض الطب نفسية. وطوال هذا الوقت، استخدم المقياس بشكل متكرر كأساس لتطوير عدد كبير ومتنوع من مقاييس الشخصية. ويتكون مقياس مينسوتا متعدد الأوجه من عشرة مقاييس عيادية، ترتبط بعدد متنوع من التشخيصات المرضية النفسية، بالإضافة إلى ثلاثة مقاييس للصدق. وتتصل مقاييس الصدق الثلاثة الأخيرة بالموضوع محل اهتمامنا هنا. فتهدف هذه المقاييس إلى فحص ما إذا كان المبحوث صادقًا فيما يذكره أم كاذبًا، هل يستجيب بطريقة دفاعية أم بطريقة تنطوى على عدم اكتراث أو اهتمام. وهذا هو السبب الجزئى وراء نصيحتى لابنى أن يجيب على استخبار التوظيف بشكل صادق. فتكون غالبا مقاييس الصدق جزءًا من أداة القياس، وتُلقى هذه المقاييس الضوء على الأفراد الساعين إلى تقديم أنفسهم بصورة محببة أو غير محببة، على نحو مخالف للحقيقة.

ماذا تكشف مثل هذه المقاييس؟ بافتراض أنك أجبت بالصواب أو الخطأ عن أسئلة، مثل: "أصبح أحيانا غاضبًا"، "أرى أشياء، وحيوانات، وأشخاصًا من حولى، لا يراها غيرى من البشر"، "فى بعض الأوقات، أشعر برغبة فى السب". إن الأفراد الذين يحاولون الظهور "بمظهر جيد زائف"، يجيبون عن أسئلة استخبارات الشخصية بطريقة غير شائعة إحصائيًا، حتى يبدو أنهم يذكرون دائمًا الحقيقة، فليس لديهم مشاعر سلبية، ويتصرفون بطريقة خاصة، ومتميزة مقارنة بما يفعله الآخرون. أما الذين يحاولون أن يظهروا "بمظهر سيئ زائف" على اختبارات الشخصية، فإنهم سيجيبون عن الأسئلة –أيضًا– بطريقة غير شائعة إحصائيًا، والتى

يؤدى شيوعها إلى فشلنا فى تشخيصهم تحت أى مرض نفسى نوعى. إن هؤلاء الأفراد يبدو أنهم يقدمون أنفسهم عن قصد بطريقة غير معتادة، أو منحرفة فى صدقها. فالأفراد الدفاعيون حذرون فى إجاباتهم، وينكرون مظاهر عدم السواء الشائعة. وهؤلاء الأفراد ينظر إليهم غالبًا بوصفهم حريصين على حماية صورتهم عن ذواتهم حتى أمام أنفسهم، وهو ما يفعله كذلك مَنْ يريدون أن يظهروا بمظهر جيد، حيث يقدمون صورة مضللة عن أنفسهم بشكل واعٍ. وأخيرًا، إن المجيبين - بشكل غير مكترث- يمكن اكتشافهم من خلال حساب تكرارات إجابتهم عن البنود نفسها، والنظر فيما إذا كانت هذه الإجابات غير متسقة أو غير ثابتة.

إن استخدام مثل هذه المقاييس لتقدير الصدق فى بدايات ظهور مقياس منيسوتا للشخصية متعدد الأوجه، كان إنجازًا ملحوظًا. وقد اقتفت أيضًا بطاريات أخرى للشخصية طرقًا مشابهة لتحديد إذا كانت إجابات المبحوثين تتم بطريقة صادقة وتنطوى على اهتمام وعناية أم لا، على سبيل المثال، تضمنت بطارية كاليفورنيا للشخصية(CPI)، (Gough, 1987) -وهى البطارية الشائع استخدامها لقياس خصال الشخصية السوية- مقاييس لقياس ما إذا كان الشخص يحاول أن يخلق عن نفسه انطباعًا جيدًا (التظاهر الزائف بأنه شخص جيد)، أو يحاول أن يبالغ (التظاهر الزائف بأنه شخص سيئ)، أو يستجيب بعدم اكتراث. وإن كان هذا هو الحال بالنسبة للبطاريتين السابقتين، فإن بعض بطاريات الشخصية الأخرى لا تتضمن مثل هذه المقاييس. أما بطارية سمات الشخصية الخمسة (NEO~PI) فتتضمن بندًا واحدًا فى نهاية البطارية، يسأل المبحوثين إذا كانوا قد أجابوا عن الأسئلة بصدق ودقة أم لا. وينظر عندئذ إلى الاستجابة السلبية على أنها تشير إلى عدم صدق الإجابة عن الاستخبار، فى حين لا يلتفت إلى الاستجابة الإيجابية بالطريقة نفسها (Costa & McCare, 1985). ويُستخدم أيضًا تكرار الاستجابة نفسها لفحص مدى الاستجابة بعدم اكتراث. ومع كل ذلك يظل هناك افتراض بأن الأشخاص يستجيبون بشكل صادق.(Costa & McCare, 1992) وقد أجريت مراجعتان لهذا

السؤال الاختبارى بشكل خاص، للتحقق من كفاءة استخدامه فى المواقف التطبيقية .(Hess,1992; Widiger,1992)

ولا نعرف مدى تأثير "مشكلة الاستجابة المضللة" على كفاءة استخبارات الشخصية. فيفترض أن تأثير هذه المشكلة فى مواقف البحث أقل وضوحًا عما هو فى المواقف التطبيقية، ولكن مدى الإقرار بحقيقة وجود هذه المشكلة فى المواقف البحثية لايزال أمرًا غير محدد. أما الأمر الأكثر جلاء، والذى تكشف عنه استجابات المبحوثين على المقاييس فى اتجاه تحسين صورة الذات "التزييف الإيجابى(١)" أو اتجاه إساءة صورة الذات "التزييف السلبى(٢)" فهو محاولة المبحوثين -بشكل عمدى- أن يشوهوا الصورة التى يقدمونها عن أنفسهم، تلك الصورة التى تستمد أساسًا من بيانات التقارير الذاتية.

علاقة الخيال بالسلوك: علاقة المقاييس الصريحة بالمقاييس الضمنية

ما علاقة مقاييس الخيال (أى المعتمدة على الخيال للإجابة عنها) بالسلوك؟ سنركز هنا على مقاييس الشخصية التى صُمِّمت لتتغلب -جزئيًّا- على المشكلات المُشار إليها فى المناقشة السابقة. على سبيل المثال، أشار موراى إلى أن اختبار تفهم الموضوع هو جزء من "المحاولات المبذولة للكشف عن الميول الخافية (المكبوحة) وغير المشعور بها (المكبوتة جزئيًّا) لدى الأشخاص الأسوياء (1983, p529) ومع أن بعض الباحثين العياديين استخدموا أساليب منظمة لحساب الدرجة، لاشتقاق مقاييس للحاجات والدوافع الفردية المستمدة من اختبار تفهم الموضوع، فإن معظم تفسيرات القصص التى يضمها المقياس تمت بطريقة تعتمد على التقدير الكلى ذى الطابع الذاتى. وعندما استخدمت المقاييس الخيالية وطورت لتحقيق أغراض بحثية، وجهت عناية أكبر لوضع أساليب منظمة لحساب الدرجة، وتحقيق مصداقية أكبر للقياسات المشتقة من الاختبار(Smit.P.C.,1992).

---

(١) Fake Good
(٢) Fake Bad

لقد سبق أن ناقشنا فى الفصل الرابع، استخدام المقاييس المعتمدة على الخيال (كالاستجابة على بطاقات اختبار تفهم الموضوع) خلال استعراضنا للدراسة التى اهتمت بالدافع للإنجاز. هذه الدراسة بدأت فعلا بجهود تهدف إلى تغيير المضمون الخيالى تجريبيًا(Atkinson & McClelland, 1948) فالبحارة فى القاعدة البحرية الذين ظلوا بدون طعام لمدد متباينة من الوقت (ساعة، ٤ ساعات، ١٦ ساعة) قُدِّمت إليهم صور وبطاقات ليكتبوا فى ضوئها قصصًا عن أنفسهم. وتم تقويم الدرجات على القصص -بعدئذ- فى ضوء فئات متنوعة من الاستجابات، تعكس ظروف الحرمان من الطعام وارتباطها بما يقدمه المبحوثون من تصورات، ومن ثم صححت الاستجابات وفقًا لما تتضمنه من: مواضيع تتعلق بالحرمان من الطعام، أو عبارات تشير إلى الرغبة فى تناول الطعام، وهكذا. وقدرت الدرجة الكلية للرغبة فى الطعام فى كل قصة، وحسبت درجة كلية أخرى لمجمل القصص وذلك لكل مبحوث على حدة. وقد أوضحت النتائج وجود ارتباط قوى بين مدد الحرمان من الطعام، ومقدار الحاجة إليه المُعبر عنه فى القصص. فوجدت علاقة بين شدة الحاجة -كما تتحدد من خلال الساعات المنقضية بدون تناول الطعام- وحجم التصورات المعبرة عن "الحاجة إلى الطعام"، وهو ما أوحى بأن مضمون الاستجابات الخيالية المنتجة قد يستخدم كمقياس لشدة الدافع.

وباستخدام هذا البحث كنقطة انطلاق، بدأ ماكليلاند وزملاؤه فى وضع مقياس لأحد الدوافع، وهو الدافع إلى الإنجاز (McCelland, 1961; McCelland, Atkinson, Clark & Lowell, 1953). وقد ارتكز الأساس النظرى لهذا الدافع على فكرة التأثير الإيجابى للأداء الناجح عندما يستثار الفرد ليحقق معايير الامتياز. اعتمد التصميم الذى استخدم لوضع مقياس الحاجة إلى الإنجاز (واختصاره بالانجليزية n Ach) على التناول التجريبى لمستوى الدافع للإنجاز لدى مجموعتين من المبحوثين، ثم تقدير الفروق بينهما -بعد ذلك- فى الاستجابات الخيالية. إحدى المجموعتين استثير دافع أفرادها إلى الإنجاز من خلال إخبارهم بأن المقاييس

المقدمة إليهم هدفها تقدير الذكاء فى علاقته بقدرات القيادة. وكجزء من الجهود اللاحقة لزيادة مستوى الدافع للإنجاز، أخبر المبحوثون بعد أدائهم أحد الاختبارات المقدمة إليهم بأن أداءهم كان سيئًا. وقد أطلق على هذه المجموعة "مجموعة الفشل(١)"؛ حيث توقع الباحثون أن يكون دافعها للإنجاز مرتفعًا (لتعرضها لخبرة الفشل المصطنعة). المجموعة الثانية، التى أطلق عليها اسم "المجموعة المسترخية(٢)" أخبرت بأن الاختبارات التى يجيبون عنها تستخدم لأغراض ارتقائية. وبعد أن تلقت عددًا من الاختبارات الأخرى، طلب من أفرادها أن يكتبوا بشكل مختصر خمس قصص -فى حدود ٥ دقائق لكل واحدة منها- استجابة لسلسلة من الصور، والتى أُخِذ بعضها من اختبار تفهم الموضوع، وبعضها الآخر صمم خصيصًا لقياس هذا الدافع (انظر الفصل الرابع). وكما هى الحال فى بحث الحاجة إلى الطعام، وجد أن القصص المكتوبة فى ظل ظروف استثارة الدافع إلى الإنجاز اختلفت -بشكل دال- عن تلك المكتوبة فى ظل ظرف الاسترخاء. القصص التى كتبت فى ظل ظروف الاستثارة(٣) انطوت على كثير من التصورات للإنجاز (فتناولت بعض القصص كيف يمكن تحقيق النجاح فى منافسة لبلوغ معايير الامتياز، وتناولت قصص أخرى سلوك الفنانين وأساليبهم للوصول إلى النجاح، وثالثة دارت حول المشاعر الإيجابية المرتبطة بالنجاح). وأتاح هذا التصميم إمكانات وضع "مخطط" لحساب الدرجات لقياس الدافع الفردى للإنجاز لدى الأفراد. بمعنى آخر، أمكن صياغة مفهوم أو "تكوين شخصى" وهو الدافع للإنجاز، ووضع لقياسه مقياس يعتمد على استخدام الخيال.

وأعقب الجهود السابقة، وضع مشروع بحثى خطط له لينفذ عبر عدة سنوات، ومثّل واحدًا من أكثر جهود علماء نفس الشخصية طموحًا. وقد تبين من الدراسات

Failure Group (١)
Relaxed Group (٢)
Aroused Condition (٣)

التى أجريت فى إطار هذا المشروع، أن الأفراد المرتفعين فى الدافع للإنجاز قد أدوا أفضل من المنخفضين على هذا الدافع، وذلك على مدى متنوع من المهام، كما تبين أن المجتمعات ذات الدافعية المرتفعة للإنجاز أظهرت مستوى أعلى فى الإنتاجية والنمو الاقتصادى من المجتمعات المنخفضة على هذا الدافع. (Kostner & McCelland, 1990) درست -كذلك- دوافع أخرى مثل دافع القوة[١]، ودافع الانتماء[٢]، وتمثل الدليل الذى قُدِّم على أهمية هذه الدوافع فى افتراض أن مستوى مثل هذه الدوافع يمكن أن يقوم بدور مهم فى أحداث الحياة[٣]. على سبيل المثال، تبين أن مستوى ما لدى الأفراد من دوافع للقوة والانتماء يمكن أن يؤثر فى توقع نشوب الحروب أو تحقيق السلام.(Winter, 1992) وحديثًا جدًّا، وضع ماك أدمز (McAdams,1992) مقياسًا يعتمد على الخيال لقياس الدافع إلى المودة[٤]، والذى عرفه بأنه تفضيل متكرر، أو رغبة فى المرور بخبرات دافئة، وحميمية، والسعى للتفاعل والتواصل مع الأشخاص الآخرين (الفصل الرابع). والمبحوثون المرتفعون فى الدافع إلى المودة، كما يقاس من خلال الدرجات على القصص المتخيلة، قُدروا من خلال الأقران بأنهم أكثر إخلاصًا ومودة، وأقل سيطرة من المبحوثين المنخفضين على الدافعية للمودة. وأظهر -أيضًا- المبحوثون المرتفعون على الدافعية للمودة درجة مرتفعة من التخاطب بالعين، والميل للابتسام والضحك أثناء المحادثات الثنائية التى تتم بين فرد وآخر، وذلك مقارنة بالمنخفضين على هذا الدافع.

أثير خلال ما سبق جدل واسع -استمر لبعض الوقت- ركز على العلاقة بين الخيال والسلوك. فكان من الواضح -فى ظل ما كشفت عنه البحوث- أن الخيال

Power Motive (١)
Affiliation Motive (٢)
Life Events (٣)
Intimacy Motive (٤)

يعبر غالبًا عن الدافع المرغوب التعبير عنه سلوكيًّا فى ظل الظروف المواتية. ومن الصحيح كذلك أن الأفراد يكون لديهم غالبًا خيالات لا يتم التعبير عنها سلوكيًّا مثل الخيالات العدائية(١)، والخيالات الجنسية(٢). وتشير بحوث العدوان الجنسى التصورى(٣) إلى أن وجود مثل هذه الخيالات يعد من عوامل الخطر(٤)، ولكن أن يترتب عليها -أو لا يترتب- سلوك عدوانى أو جنسى، فإن هذا يعتمد على عوامل أخرى عديدة (Dean & Malamuth, 1997).

يبين ما سبق، أن الخيال يرتبط بالسلوك المشاهد بعلاقة معقدة. ولكن يثار السؤال هنا حول طبيعة العلاقة بين مقاييس التخيل، ومقاييس التقرير الذاتى؟ هل هما متطابقان أم يعبران عن شيئين مختلفين؟ يدافع ماكليلاند بقوة ويؤكد (McClelland,1980, McClellan, Costner & Weinberger, 1989) أن مقاييس التقرير الذاتى ومقاييس التخيل نمطان مختلفان من المقاييس، ولكل منهما علاقاته المختلفة بالسلوك. فيشير إلى أن استخبارات التقرير الذاتى تقيس شيئًا أقرب إلى القيمة(٥) منه إلى الدافع. لذلك فإنه على الرغم من الآثار التى تذهب إلى أن الدرجات على مقاييس التقرير الذاتى والدرجات على مقاييس التخيل ترتبط بالسلوك، فإن درجات الدافعية المستمدة من مقاييس التخيل -فى رأى ماكليلاند- تكشف عن علاقات أفضل بالسلوك طوال الوقت فى ظل الظروف غير المقيدة، وتمثل منبآت أفضل بالسلوك حتى فى غياب المدعمات الاجتماعية(٦). وكما اتضح لنا من فروق فى الوظائف المرتبطة بالأداء على كلا النمطين من المقاييس، فإن الأفراد المرتفعين على مقياس التخيل للدافعية للإنجاز، سوف يكشفون عن درجات منخفضة على المهام التى تتطلب تحديًا، وإن كانوا لا يكشفون عن ذلك بنفس القوة

Hostile Fantasies (١)
Sexual Fantasies (٢)
Imagined Sexual Aggression (٣)
Risk Factor (٤)
Value (٥)
Social Reinforces (٦)

عند الأداء على المهام "السهلة"، أو المهام "شديدة الصعوبة بصورة أكثر مما ينبغي". بمعنى آخر، إن هذه المقاييس حساسة فى رصدها لجوانب التحدى فى الموقف. وعلى النقيض من ذلك، فإن مقاييس التقرير الذاتى للدافعية للإنجاز لا تكشف عن مثل هذه الحساسية لجوانب التحدى المرتبط بالمهمة (Costner & McCelland, 1990).

باختصار، للإجابة عن السؤال المطروح فى هذه الفقرة، يوجد دليل واضح على أنه يمكن أن تستمد مقاييس موضوعية للدوافع من مادة خيالية. ويمكن إثبات أن هذه المقاييس ترتبط بالجوانب المهمة من أداء الشخصية. وفى الوقت نفسه من الواضح أن للخيال علاقة معقدة بالسلوك والدوافع التى يعبر عنها فقط فى ظل ظروف معينة. وبعض الخيالات لا يعبر عنها مطلقًا من خلال السلوك. يضاف إلى هذا أنه من الواضح وجود حاجة الى التمييز بين مقاييس التقرير الذاتى، ومقاييس التخيل. حتى فى ظل استخدام المصطلح نفسه، فإن الدليل يوحى بأنها -على الأقل- تشير إلى أن نوعى المقاييس ينطويان على بناءات فرضية مختلفة.

ما العلاقة بين المقاييس الضمنية(١) والمقاييس الصريحة(٢)؟ كما لاحظنا عند مناقشة مفهوم اللاشعور (فصل ٧) فإن الأفراد قد تتفاوت درجة وعيهم بالاعتقادات التى يتبنونها، وردود أفعالهم الانفعالية. علاوة على ذلك كما لوحظ عند مناقشة مفهوم الذات (فصل ٨)، إن ما يكوِّنه الأفراد من تصورات مشعور بها تجاه الذات تختلف عن تلك التى يكونونها بشكل غير مشعور به؛ فالأفراد قد يتبنون صورًا إيجابية عن الذات على نحو واعٍ ولكن بشكل غير واعٍ قد يكون لديهم تقدير منخفض للذات. فتتقر المقاييس الصريحة على الجوانب الشعورية فى وظائف الشخصية، فى حين تلمس المقاييس الضمنية الجوانب اللاشعورية (Greenwald & Banaji, 1995). هل فى ظل ذلك يعد نوعا المقاييس متفقين؟ كما اقترحنا بالفعل، هناك دليل واضح على أن

---

(١) Implicit Measures

(٢) Explicit Measures

المقاييس الصريحة (مقاييس التقرير الذاتى) لا تتفق دائمًا مع المقاييس الضمنية (Mald & Rudman. Greenw Ghee. 2000). لا يعنى بالضرورة أن أحدهما أكثر صوابا من الآخر فى تقدير الشخص، أو أن أحدهما مقياس أفضل للاعتقادات والاتجاهات من الآخر، وبدلاً من ذلك، فإنها تشير إلى أن الاثنين مختلفان، وأن المقاييس الضمنية والصريحة قد ترتبط بطرق مختلفة بمتغيرات أخرى تتصل بالاهتمام. وإذا كان هذا صحيحًا فيما يتصل بمقاييس التقرير الذاتى ومقاييس التخيل، فإنه سيمتد ليكون صحيحًا فيما يتصل بالمقاييس الصريحة والضمنية. ولأن الشخصية معقدة، فنحن يجب أن نكون جاهزين لتقدير المظاهر المتعددة والمستويات المتعددة من وظائف الشخصية للوصول إلى صورة مكتملة عن الشخص.

النفع العملى والقدرة على التنبؤ

ما حجم التنبؤ الذى تتضمنه مقاييس الشخصية؟ هل تفيد مقاييس الشخصية فى التنبؤ بالسلوك؟ كما سبق ولاحظنا فى الأجزاء المبكرة من هذا الفصل، مثّل الصدق التنبؤى أحد صور التحقق من صدق مقاييس الشخصية. ومن الواضح أنه يمكن أن تتكشف جليًا العلاقات بين الفروق الفردية التى تكشف عنها مقاييس الشخصية، والفروق فى الوظائف المؤداة فى المواقف المتنوعة. ويكشف كل فصل من فصول هذا الكتاب -فعليًا- عن أن الأفراد المتباينين فى بعض خصال الشخصية، يختلفون فى جوانب أخرى من سلوكهم عند قياسها بوسائل أخرى مستقلة. ولكن، القول بأن هناك فروقًا فردية فيما يتصل بالشخصية، يختلف عن القول بأن لدينا مقاييسنا للشخصية والتى لها صدق تنبؤى قوى. إن ما أسفرت عنه نتائج تقديرات مكتب الخدمات الاستراتيجية يقدم لنا سببا معقولاً للتوقف عند هذه النقطة مليًا. وفى الوقت نفسه -كما سبق ولاحظنا- من الصعب أن نطرح هذا السؤال بصورته العامة: فقد تكون بعض مقاييس الشخصية أكثر تنبؤًا من بعضها الآخر وقد يكون لبعضها فائدة أكبر فى بعض الأغراض من بعضها الآخر.

جدول (١٢-٣)

صدق بناءات الشخصية فى إطار محك الكفاءة الشخصية

هذه الارتباطات لبناءات الشخصية – السمات مع قياسات الأداء الوظيفى تفترض أن التنبؤ بالأداء مهمة صعبة. بالإضافة إلى الارتباطات المنخفضة عمومًا، بعض قياسات الشخصية ترتبط بشكل مختلف بالأداء في مختلف الوظائف

الكفاءة الوظيفية						
	المديرون والموظفون التنفيذيون			العاملون فى الرعاية الصحية		
بناءات الشخصية	عدد الارتباطات	حجم العينة	متوسط الارتباطات	عدد الارتباطات	حجم العينة	متوسط الارتباطات
الانتماء	–	–	–	١	٦٥	٠,٠٠
السلطة	٦٧	١٠,٠٨٠	٠,١٨	١٢	٥٠٠	٠,٠٥
الإنجاز	٦	٤٤٥	٠,١٨	١	٦٥	٠,٢٤-
القدرة على الاستقلال	٢٢	٣,٢١٣	٠,٠٣-	١٥	٧٥٨	٠,٢٤
التوافق	٣٩	٦,٢٠٣	٠,١١	١٤	٧٥٢	٠,٠٨
المجاراة	١٩	٢,٧١٨	٠,٠٧	٤	١٦٨	٠,١٩
الذكاء	١١	١,٦١٦	٠,٠٩	٤	١٦٨	٠,٠٦-
الفردية الصارمة	٦	٨٦٠	٠,٠٣	١	٧٢	٠,٠٦-
مركز التحكم	–	–	–	–	–	–
جميع مقاييس الشخصية	١٧٠	٢٥,١٣٥	٠,١١	٥٢	٢.٥٤٨	٠,١١

المصدر:

"The "Big Five" Personality Variable – Construct Confusion: Description Prediction" by L.M.Hough. 1992, Human Performance. 5. 150.Reprinted by permission of Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

إن المفهوم ذا الأهمية الخاصة فيما يتصل بقدرة مقاييس الشخصية على التنبؤ، يتمثل فى الاتساع (أو سعة النطاق[١]" مقابل الدقة[٢]) فكما سبق وبيّنا فى

Bandwidth (١)
Fidelity (٢)

الفصل الثانى، يشير مفهوم "الاتساع" إلى اتساع نطاق الظاهرة التى يغطيها مفهوم الشخصية محل الاهتمام وما يرتبط به من مقاييس. فيغطى مقياس الاتساع "متسع النطاق" مدى واسعًا من الظاهرة المقاسة، فى حين يغطى المقياس "المحدود فى اتساعه" أو "ضيق النطاق" مدى ضيقًا من حجم الإحاطة بالظاهرة. وتشير "الدقة" إلى درجة حساسية المقاييس للظاهرة محل الاهتمام. ويرتبط المقياس الذى يكشف عن درجة مرتفعة من "الدقة" ارتباطًا ضعيفًا بالحساسية. وكما سبق أن أشرنا فى الفصل الثانى، يستطيع المرء أن يماثل بين هذين المفهومين، وبين نوعين من أجهزة المذياع؛ الأول يتسم بمدى استقبال واسع مع درجة منخفضة من النقاء، وآخر أقل فى اتساع مجاله، وأكبر فى نقائه. الأول قد يستطيع التقاط إشارات عديد من محطات الإرسال، عبر مسافات كبيرة، ولكن حساسيته فى التمييز بين المحطات المتقاربة، أو التقاط إشارة معينة بتردد معين، قد تكون ضعيفة ومحدودة. وفى المقابل، المذياع الآخر قد يكون قادرًا على التقاط المحطات الواقعة فى مدى إرسال محدد، ومع ذلك فإنه –فى حدود هذا المدى– يكون حساسًا بشكل كبير لكل ما هو متاح من محطات. ويمكن أن نعقد تماثلاً هنا أيضًا مع ما اقترحه كيللى Killy (1955) بأن أى نسق بنائى، أو أى نظرية، لها مدى من الملاءمة[١] وبؤرة الملاءمة[٢]. وقد تبين لكيللى أن أنساق التكوين الشخصى ونظريات الشخصية تختلف فى مدى الملاءمة وبؤرة القبول. وعلى نحو مشابه يمكن أن ننظر إلى مقاييس الشخصية بوصفها تختلف فى سعة نطاق نقائها.

ما دلالة تمييزنا بين سعة نطاق المقاييس ودقتها؟

أولاً: يشير هذا التمييز إلى أن المقارنة فى الفائدة التنبؤية بين مقياسين للشخصية يجب أن تتضمن الاهتمام بالمقارنة بينهما على محكى سعة النطاق،

---

(١) Range Of Convenience
(٢) Focus Of Convenience

والدقة. فأحد استخبارات الشخصية قد يقدم نفعًا عمليًّا محدودًا فى ظل مدى واسع من التنبؤات، بينما استخبار آخر قد يقدم نفعًا عمليًّا ملحوظًا فى ظل مدى محدود من التنبؤات. مثل هذه الفروق يجب أن تؤخذ فى الحسبان عند المقارنة بين مقياسين فى مدى فائدتهما التنبؤية؛ فالمرء قد يجد نفسه فى حاجة إلى أن يسأل: عند دراسة أى الظواهر يكون المقياس مفيدًا أو منبئًا، ولأى مدى يتسع فى استيعابه للظواهر محل الاهتمام؟ إنها الحالة التى ترتبط فيها سعة النطاق بالدقة ارتباطًا سلبيًّا فيتم الوصول للسعة على حساب الدقة، أو الدقة على حساب السعة.

ثانيًا: يجب أن يُعطى الاهتمام الكافى لمفاهيم الشخصية المرتبطة بنظريات متنوعة. فلنأخذ على سبيل المثال، الجدل الدائر بين منظرى السمات والمنظرين المعرفيين الاجتماعيين فيما يتعلق باتساق السلوك عبر المواقف المتباينة. فقد صيغت هذه القضية فى صورة خلاف حول مدى توفر دليل يدعم القول بوجود اتساق فى السلوك الملاحظ، أو يدعم أهمية الشخص فى علاقته بالمؤثرات الموقفية ـــ إنه الجدل الدائر حول الشخص فى مقابل الموقف. وانطلاقًا من هذه النقطة، يؤكد منظرو السمات الاستقرار والاتساق فى السلوك بصورة أكثر اتساعًا مما هو عليه الأمر لدى المنظرين الاجتماعيين المعرفيين. ومع ذلك، فمن الممكن أن ننظر للموضوع -أيضًا- فى علاقته بمحكى الاتساع والدقة. ففى ظل هذين المحكين، يمكن افتراض أن مفهوم السمة يعبر أكثر عن السعة أكثر من تعبيره عن الدقة. فى المقابل تؤكد المفاهيم الاجتماعية المعرفية على الرهافة أكثر من تأكيدها على سعة النطاق. بمعنى أخر، تعكس مفاهيم السمات الخصال العامة لوظائف الشخصية عبر مدى متسع من المواقف، ولكنها تعد ضعيفة نسبيًّا فى رصد التمايز فى سلوك الفرد عبر مختلف السياقات الموقفية. وفى المقابل تعكس المفاهيم الاجتماعية المعرفية حساسية الفرد للتغيرات الموقفية أو السياقية، ولكنها تقدم القليل عن الصفات الواسعة التى تصف الفرد ووظائفه النفسية. إن النظرة المثالية للموضوع تبين أن لدينا مفاهيم ومقاييس تتسم بكل من الرحابة والرهافة. ومع ذلك، فإنه -كما سبق

ولاحظنا- يخلق العمل بهدف تحقيق هذين المحكين معًا تعارضات بين كل منهما والآخر.

بالعودة إلى السؤال عن الفائدة التنبؤية لمقاييس الشخصية، نجد أن هذا الموضوع، ربما يثار أكثر فى مجال التوظيف وتقدير الأداء الوظيفى بشكل خاص. فلسنوات عديدة، ارتكز شك مستخدمى مقاييس الشخصية فى الفائدة التنبؤية لهذه المقاييس فى اختيار العاملين المناسبين لشغل الوظائف المطلوبة. ***ومع ذلك تشير مراجعة التراث إلى أن إحياء الاهتمام فى السنوات الأخيرة لموضوع الصدق المحتمل لمقاييس الشخصية، يرجع فى جزء منه إلى التقدم الذى حدث فى البحث الأساسى فى الشخصية*** (Schmidt4ones,1992)· فيشير مؤيدو قضية استخدام مقاييس الشخصية إلى أن الصدق التنبؤى لمثل هذه المقاييس له علاقة بمحكات من قبيل الربح(١) والفعالية الإدارية(٢)·(R.Hogan,1991) وليس أمرًا مدهشًا أن نجد بعض البحوث الحديثة فى هذا المجال تركز على سمات "أو عوامل الشخصية الخمسة الكبرى"، واقتراح أن "مقاييس الشخصية" عندما تصنف داخل الأبعاد الخمس الكبرى، فإنها سترتبط تلقائيًا بدرجة التنوع فى محك الأداء المهنى (Goldberg, 1993, p.31).

باستثناء مثل هذا القبول المتحمس لمقاييس الشخصية، هناك تحذيران مهمان فى هذا الصدد، الأول: يتعلق بضرورة الوعى بأن مقاييس الشخصية ترتبط بالأداء الوظيفى بأساليب معقدة، تتباين باختلاف المجالات، وباختلاف مقاييس الأداء الوظيفى (Hough, 1992) على سبيل المثال، لو تأملنا العلاقة بين بناءات الشخصية(٣) والكفاءة الوظيفية(٤) لدى المديرين والتنفيذيين سنجدها على النقيض مما

Earnings (١)
Managerial Effectiveness (٢)
Personality Constructs (٣)
Job Proficiency (٤)

هى عليه لدى العاملين فى الرعاية الصحية[1] [جدول ١٢ـــ٣]، ففى حين ترتبط الدرجات على سمة الإنجاز إيجابيًّا بالكفاءة المهنية فى الوظيفة لدى المديرين والتنفيذيين (٠,١٨)، فإنها ترتبط سلبيًّا بالكفاءة المهنية لدى العاملين فى الرعاية الصحية (-٠,٢٤). وتبين الارتباطات الأخرى فروقًا متشابهة بين المجموعتين. بالإضافة إلى ذلك، وجد أن بناءات الشخصية التسعة ترتبط بشكل مختلف مع المحكات الأخرى المتنوعة للأداء الوظيفى (مثل كفاءة البيع، والإبداع، والقدرة على العمل كفريق، والكفاءة المهنية الفنية). باختصار، تعد مقاييس الشخصية الأخرى ذات أهمية أيضًا فى علاقتها بمختلف الوظائف، ومختلف محكات الأداء الوظيفى.

الملاحظة الثانية الجديرة بالتحذير، تتعلق بحجم الارتباطات الملاحظة؛ فتبين مراجعة الارتباطات بالجدول التالى أنه لا توجد أية حالة وصل فيها الارتباط إلى (٠,٣٠). وكما هو واضح فى الجدول [١٢ـــ٣] بلغ متوسط ارتباط مقاييس الشخصية بمقاييس أداء الكفاءة المهنية للوظيفة (٠,١١) داخل كل مجموعة مهنية من مجموعات الدراسة (المديرون والتنفيذيون مقابل العاملين فى الرعاية الصحية). ومع ذلك أدت ارتباطات قليلة -كما سبق أن لاحظنا- إلى زيادة مهمة النجاح فى التنبؤ، ولذلك فإن تقويمى الخاص لمثل هذه النتائج أنها لا تشكل دليلاً مؤثرًا على النفع العملى لمقاييس الشخصية وقدرتها على التنبؤ بالنجاح فى العمل. وبشكل أكثر تحديدًا، إذا كان الذكاء يُعد غالبًا أهم مكونات النجاح الوظيفى، فليس من الواضح إلى أى درجة يمكن أن تضيف هذه المقاييس قيمة تنبؤية إضافية لمقاييس الذكاء. وأخيرًا، يشير هوف (Hough,1992) إلى أن العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تمثل صورة للشخصية شديدة المحدودية عند استخدامها للتنبؤ بمخرجات الحياة ذات الأهمية.

إذن، أين نقف الآن فيما يتصل بالنفع العملى من مقاييس الشخصية فى التنبؤ

---

(١) Health Care

بالسلوك؟ خلال مناقشاتنا فى هذا الجزء من الفصل، تناولنا عددًا كبيرًا من القضايا الجديرة بالاهتمام المتصلة بذلك. فقد ميزنا بين محكى "الاتساع" و"الدقة"، وأشرنا إلى تحققهما بصورة قوية فى بعض المقاييس، وبصورة أقل فى بعضها الآخر. بالإضافة إلى ذلك، لاحظنا أن مقاييس الشخصية تكشف عن علاقات معقدة – وليس عن علاقات قوية واضحة– بالقياسات المتنوعة للأداء الوظيفى فى مختلف المهن. عند هذه النقطة، يبدو أن الدليل الأكثر وضوحًا يميل إلى تأكيد أن الذكاء، والدافعية للإنجاز، والحساسية الانفعالية، هى المتغيرات التى تقوم بدور واضح فى التنبؤ بمعظم صور النجاح فى معظم المهن. ويدفعنا تأمل ما تنطوى عليه العلاقات – الخاصة بمقاييس الشخصية– من دلالات، إلى الإقرار بضعف هذه العلاقات وعدم اتساقها. ومع ذلك يمكننا أن نؤكد وجود ما يدل على أهمية الشخصية فى تقويم الأداء المتصل بمخرجات الحياة ذات الأهمية، وهو ما يعنى أن هناك المزيد من الجهد الذى يجب بذله فى هذا المجال.

قبل أن نترك موضوع التنبؤ لا بد من تقديم نبذة مختصرة –على الأقل– عن الجدل التاريخى الذى دار حول التنبؤ الإحصائى[١] والتنبؤ العيادى[٢]. وتنصب هذه القضية على كيفية الجمع بين بيانات التقدير لصياغة التنبؤات. فكما تبين من عمل فريق (OSS)، أنه يمكن رسم صورة عامة للشخصية، والاستفادة منها بعد ذلك كأساس لعملية التنبؤ. هذا المنحى فى العمل يصنف ضمن التنبؤ العيادى ذى التوجه الكلى، ولكن ماذا يحدث إذا استخدم فريق بحث OSS صيغة أخرى بديلة، تعتمد على تجميع درجات الاختبارات الفردية وتوظيفها فى عملية التنبؤ؟ هل نحصل بذلك على نتائج أفضل؟ فى سنة ١٩٥٤ ألَّف ميهل بول (Mcehl Paul) كتابًا شهيرًا بعنوان: التنبؤ العيادى مقابل التنبؤ الإحصائى، والذى طرح فيه هذا السؤال: "هل من الأفضل تجميع البيانات عن الشخصية بطريقة "آلية" وفقا لبعض المعادلات

Clinical Prediction (١)
Statistical Prediction (٢)

الإحصائية، أم من الأفضل تجميعها بطريقة عيادية حدسية؟ هل من الأفضل استخدام المعادلات الإحصائية أم اتباع الأحكام العيادية؟ أو وفقًا للعبارات التى صاغ بها ميل (١٩٥٧) هذه القضية "متى يجب أن نستخدم عقولنا بدلاً من المعادلات".

لا تزال قضية التنبؤ الإحصائى مقابل التنبؤ العيادى من القضايا الساخنة -إلى الآن- والمثيرة للحماس الفكرى الشديد، كما أنها لا تزال تثير جدلاً كبيرًا بين المناصرين لكل منحى. فالمؤيدون للمنحى العيادى يصفون المنحى الإحصائى بأنه منحى "متحذلق، ومبتذل، وقسرى، ومتصلب، وعقيم" بينما يصف المؤيدون للمنحى الإحصائى المنحى الأول بأنه منحى "غامض، ومبهم، ومشوش، وغير متقن، ومفرط فى طموحه، فضلاً عن كونه مربكًا ذهنيًا". ولسوء الحظ -على غرار ما يحدث فى كثير من مثل هذه النقاشات الخلافية- فإن كثيرًا من الأمور المتصلة بهذا الموضوع تنطوى على العديد من أوجه التداخل والخلط. فقد بدأ تركيز المتجادلين ينصب على قضية "كيفية تجميع البيانات" بدلاً من التركيز على قضية أى البيانات يجب استخدامها. فالسؤال الواجب طرحه هو: هل نعتمد على البيانات المستمدة من الاختبارات الإسقاطية (مثل اختبار الرورشاخ واختبار تفهم الموضوع) أم على البيانات المستمدة من الاستخبارات (كالدرجات المستمدة من مقياس مينسوتا متعدد الأوجه ؟ إن وجه الخطورة فى هذا الجدل يكمن فى مترتباته على التوجيه المهنى؛ فالوظائف ستصبح مهددة بما سوف يترتب عليه هذا الجدل من نتائج. وسيثار السؤال: هل يمكن استبدال المتخصصين فى المجال العيادى بجهاز كمبيوتر بإمكانه وضع التنبؤات استنادًا إلى درجات الاختبارات التى يمدنا بها؟

إن الأمر فى الحقيقة أكثر تعقيدًا مما يبدو، ومن الصعب الإحاطة بكل ما ينطوى عليه من قضايا. فجزئيًا، هناك سؤال عام حول إذا كانت هناك أسس معروفة تمكننا من عملية التنبؤ أو وضع معادلة واضحة للتنبؤ. على سبيل المثال، افترض أنه طلب من فريق للتقدير أن ينتقى بعض رواد الفضاء المؤهلين للصعود

إلى القمر. قبل أن يكون هناك بيانات متاحة عن اختيار رواد الفضاء، وبدون توفر أى تقويم مسبق لأداء هذه الفئة من المبحوثين. فى هذه الحالة لا يكون لدى فريق التقدير بيانات متوافرة يمكن المقارنة على أساسها بشكل مباشر تمكن من استخدامها كأساس للتنبؤ، وبالمثل افترض أننا بصدد اتخاذ قرار علاجى لمريض يعانى من مظاهر فرط الحساسية(١) فى غياب معادلة إحصائية معروفة يمكن تطبيقها.

على الرغم من أهمية مثل هذه الحالات، التى تتطلب وقتًا قبل نجاحنا فى إصدار أحكام بشأنها، فى غياب الصيغ الواضحة للتنبؤ، فإن مرات التعرض لها تكون قليلة؛ ففى معظم الحالات، يوجد دليل أو مؤشر يدعم العلاقة بين البيانات الشخصية والمحك. فى مثل هذه الحالات، تفترض هذه الدلائل، أن الأساليب الإحصائية تسير بعيدًا عن توجهات المنحى العيادى (Grove & Meehl, 1996). إن المهارات العيادية لها أهميتها الكبرى فى كثير من المجالات، ولكن يبدو أن للكمبيوتر أهمية واضحة فى استيعاب قدر كبير من البيانات، والجمع بينها فى صورة منظمة. وبالطبع تمثل البحوث السابقة على استخدامها -والتى تمده بالبيانات- ضرورة أساسية لتحقيق هذا الفرض. فبمجرد الانتهاء من إنجاز هذه البحوث يكون الحاسوب -حينئذ- أكثر الآليات المنظمة القادرة على معالجة المعلومات مقارنة بالجهود التى يمكن أن يبذلها الباحثون العياديون. وفى مثل هذه الحالات، -كما أشار ميل- يفضل أن يترك الباحثون العياديون العمل للحاسوب وأن يوجهوا مهاراتهم لمجالات أخرى.

التنوع وتقدير الشخصية

إلى أى حد تعد مقاييس الشخصية قابلة للتطبيق -بنفس الكفاءة- على الأفراد المنتمين إلى مجموعات ثقافية أو عرقية أو سلالية مختلفة؟ (Mayer, 2001). لقد وصلنا الآن إلى الموضوع شديد الأهمية لنظرية الشخصية، وأساليب البحث فيها،

---

(١) Idiosyncratic Features

وأساليب تقديرها، والخاص بمدى الفعالية المتكافئة لمقاييس تقدير الشخصية عند تطبيقها على أعضاء الجماعات الثقافية المتنوعة. فتثار هنا عدة أسئلة من قبيل: هل من المشروع أن يقارن الباحث بين ثقافتين مختلفتين مستخدمًا اختبارات أو قياسات أو مقابلات منتقاة؟ هل ستعنى النتائج الشيء نفسه؟ هل ينجح المعنيون بالتطبيق فى الحصول على تقديرات متكافئة من أكثر من ثقافة؟ (Sundberg & Gonzales , 1981, p478).

ربما أفضل طريقة للبدء فى مناقشة أهمية تقدير الفروق الثقافية هو أن نتناول بعض الأمثلة التوضيحية من عالم التعاملات التجارية. فقد وصف تقرير صحفى نشر بصحفية نيويورك تايمز (October 3,1993) بعنوان "لا تَبِعْ حفاضات الأطفال السميكة فى طوكيو" بأنه تقرير يعكس نوعًا من "الغطرسة الحضارية" فيما يتصل بعلاقات البيع والشراء عبر الثقافية؛ فقد حاولت شركة أمريكية كبرى –بعد هذا التقرير– أن تبيع حفاضات الأطفال غير السميكة فى اليابان، والمنتشر بيعها بالفعل فى الولايات المتحدة. فوجد أن الأمهات اليابانيات قد غيرن حفاضات أطفالهن بنسبة تفوق ضعف ما فعلته الأمهات الأمريكيات، وفضلن استخدام الحفاضات الأرفع سمكًا والتى كان من السهل –بالنسبة لهم– استخدامها وتخزينها.

المثال التوضيحى الثانى، يتصل بإعلان تجارى عن المنظفات، قارن بين فعالية منظفات إحدى الشركات مقارنة بمنظفات إحدى الشركات الأخرى، وهى ممارسة مقبولة فى التبادلات التجارية داخل الولايات المتحدة. ومع ذلك لا يعد هذا السلوك أمرًا مستساغًا فى اليابان، إذ يفضل اليابانيون التعاملات المتناغمة، والمُعلنة، والمهذبة فى إدارة الأعمال. ويبين إعلان تجارى وضعته شركة أمريكية منافسة، رجلاً يابانيًا يسير داخل حمام بينما تستحم زوجته مستخدمة الصابون الذى يصفه الإعلان بأنه يجعل المرأة أكثر جاذبية، لقد قابلت المرأة اليابانية الإعلان بدرجة مرتفعة من المعاداة؛ لأنه وفقًا لتصورها من السلوكيات السيئة أن يتعدى الزوج على خصوصية زوجته بهذه الطريقة. ويبين المثال طبيعة المشكلات التى قد

تترتب على محاولة الترويج التجارى داخل ثقافة أجنبية بدون فهم القواعد والمعايير، والطقوس الخاصة بهذه الثقافة، أو دون فهم دلالات السلوك التى هى جزء من هذه الثقافة.

تظهر فى علم النفس هذه المشكلة بشكل أكثر وضوحًا عند استخدام اختبارات الذكاء؛ حيث يثار السؤال: هل يمكن استخدام الاختبار نفسه لتطبيقه على أعضاء جماعات مختلفة ثقافيًّا، ويظل صادقًا ومناسبًا بالقدر نفسه لدى كل الجماعات؟ فى واحد من أكثر كتب علم النفس أهمية -والذى يجب على جميع الطلاب أن يكونوا على دراية بما ورد فيه- وهو كتاب "العلم والسياسة"، بيّن كامين (Kamin, 1974)، كيف كانت اختبارات الذكاء تستخدم فى العشرينيات للحفاظ على هوية مستقلة للأمريكيين تميزها عن المهاجرين من أوروبا الشرقية. فادعى علماء النفس آنذاك أن اختبارات الذكاء تعد مقاييس دقيقة للذكاء الفطرى المورَّث أكثر منها معبرة عن اللغة والثقافة الأمريكية. وما ادعاه "كامين" هو أن ما يرتبط "بفرض السلالة[١]" يشير إلى تناسب مستوى الذكاء مع درجة التناقص فيما لدى الفرد من دم نورماندى. وقد مضى "كامين" أبعد من ذلك، وحاول أن يبين التماثل بين هذا الفرض والاستخدامات الراهنة لبيانات مقاييس الذكاء. فاختبار وكسلر لذكاء الراشدين ظل يستخدم على مدار عدة سنوات وهو يتضمن البندين التاليين: "ماذا نعنى بقولنا: إن طائر سنونو واحد لا يمكن أن يستحضر الصيف؟، أو ماذا نعنى بقولنا "الغدير الضحل ملىء بالضوضاء؟" معظم الطلاب الآن لم يسمعوا عن مثل هذه الأقوال ولكنها ظلت تستخدم -على نحو شائع- لمدة أربعين سنة.

فيما يتصل بمقاييس الشخصية المستخدمة لأغراض التشخيص العيادى، خلصت المراجعة التى أجريت على الدراسات التى استخدمت مقياس "الرورشاخ" "Rorschach" بنتيجة مؤداها أن استخدامه مع الأقليات بأمريكا، ومع غير

---

(١) Race hypothesis

الأمريكين يمثل مشكلة كبيرة جدًّا: "بالإضافة إلى ذلك، فإن المجال يندر به، أو بالأحرى يفتقد إلى بحوث حول مؤشرات الصدق التمييزى بين الجماعات الثقافية أو السلالية المتباينة" فمثل هذه الدراسات ضرورية لتوضيح إمكان التزييف الثقافى والسلالى عند استخدام هذا المقياس (Lilienfeld et al., 2000, p.33)." وفيما يتعلق بالاختبارات المستخدمة فى التقدير العيادى، فإن هذا الأمر يبرز بوضوح فى مقياس مثل مقياس منيسوتا للشخصية متعدد الأوجه فكما سبق أن أشرنا، كان هذا المقياس فى بواكير الأربعينيات أكثر بطاريات الشخصية الموضوعية استخدامًا، وترجم إلى عدة لغات أجنبية، واستخدم فى عديد من بلاد العالم. وبنيت المراجعة الأولى -التى ظلت المراجعة الوحيدة قبل المراجعة التى تمت له حديثًا- على استجابات أفراد العينة المسحوبة من ساكنى مدينة منيسوتا فى ذلك الحين.

وفى إطار النقد الموجه لاستخدام الاختبار مع جماعات الأقلية، طرح "جينثر" (Gynther, 1972) سؤالاً حول هل استخدام المعايير المبنية على درجات مستمدة من عينات من الأمريكيين البيض يعد أمرًا متحيزًا ضد الأمريكيين السود؟. فقد اكتشف الباحث أن درجات الأمريكيين السود أعلى على عديد من مقاييس بطارية مينسوتا للشخصية متعدد الأوجه والتى فسرها بعض علماء النفس كدليل على زيادة الأعراض المرضية لدى أفراد هذه العينة. ومع ذلك، فإن فحص الفروق فيما يتصل ببنود معينة توحى بتفسير بديل. على سبيل المثال، السود أكثر من البيض فى الموافقة على بنود من قبيل: "أعتقد أننى شخص مذنب"، "تقول الناس عنى أشياء مهينة وبذيئة"، "أنا شخص تقى (أكثر من معظم الناس)". إن التباين فى الاستجابة على مثل هذه البنود قد يعكس اختلافات فى القيم الحضارية، والاعتقادات، والخبرات، أكثر من تعبيره عن أعراض نفسية مرضيَّة.

رد باحثون آخرون على وجهة نظر "جينثر" عن التحيز العنصرى لبنود مقياس منيسوتا للشخصية MMPI، مقترحين إمكان استخدام الاختبار مع مراعاة تحقيق درجة متساوية من الصدق التنبؤى لدى كل من عينات السود والبيض.

(Gynter ."جينتر" واستجابة لذلك، عرض (Prichard & Rosenblatt, 1980) (& Green,1980 بيانات توضح أنه بالمقارنة بالبيض، فإن أكثر المعايير الخاصة بالسود تتجه بصورة أكبر، وعلى نحو خاطئ نحو التحديد المرضى لأفراد هذه العينة، والقليل من المرضى السود من المحتمل أن يصنفوا خطأ كأسوياء. بمعنى آخر، كل من الإيجابيات الزائفة (كتشخيص الأسوياء على أنهم مرضى)، أو السلبيات الزائفة (كتشخيص المرضى على أنهم أسوياء) دائمًا ما تكون ضد السود.

فى مسعى لأن يكون الاختبار حساسًا لمثل هذه الأمور، شملت المراجعة الثانية لبطارية MMPI عددًا من التغييرات، أولها: عند اختيار مجموعات التقنيين -لتطوير المقياس- تم تمثيل عينات كبيرة ومتنوعة من الأفراد المقيمين فى الولايات المتحدة، مع مراعاة التمثيل المناسب للسود. أما ثانى هذه التغييرات فيتمثل فى حذف العبارات ذات الطابع الجنسى، والتعبيرات اللغوية المهجورة. ومع ذلك ظلت عينة تقنين الصورة الثانية أقل تمثيلاً للأمريكيين ذوى الأصل الأسبانى والأسيوى. ومع أن أحد المراجعين للمقياس قد أشار إلى أن مثل هذا النقص فى التمثيل "قد أجرى -لسوء الحظ- لإحداث توازن فى استخدام الاختبار فى معظم المواقف(Nichols,1992,p.565). فإن هذا الاستخلاص يبدو مبتسرًا، خاصة فيما يتصل بدرجات الاختبار وتأثيرها فى اتخاذ القرارات المهمة فى الحياة.

والمشكلة الأخرى، التى ليست أقل خطورة فى مجال البحث فى الشخصية، حتى لو بدا أن مضمناتها العملية أقل إثارة للمشكلات، فتتمثل فى أن الأغلبية العظمى من تراث الشخصية المنشور قد بنى على دراسات أجريت على مبحوثين أمريكيين، أغلبهم من طلاب الجامعات. ويثار هنا سؤال: إلى أى حد تنطبق النتائج على أعضاء ثقافات أخرى مختلفة؟ وإلى أى حد تعد الأسس التى بنيت عليها مُتَّسِمَة بكونها عبر ثقافية وعامة؟ تجرى -أحيانًا- بحوث عبر ثقافية تُطرح خلالها نفس الأسئلة على أعضاء فى ثقافات مختلفة، أو تطرح للإجابة عن أسئلة تتعلق بترجمة الاستخبار إلى لغات أجنبية أخرى. ومع ذلك، فإن هذا يتجاهل إمكانية ألا يطرح

الأعضاء فى الثقافات المختلفة للسؤال بالطريقة نفسها التى طرح بها فى الثقافة الأولى التى خرج منها المقياس. هذه النقطة لاحظناها فى الفصل الثانى أثناء مناقشة الفروق الثقافية فى مفهوم الذات. بالإضافة إلى ذلك، من الممكن أن يكون الاستخبار الذى صمم فى ثقافات مختلفة ذا بناء مختلف يتناسب وطبيعة كل ثقافة يطبق فيها؛ فعلى سبيل المثال، على الرغم من أن هناك دليلاً على بعض العمومية لعوامل الشخصية الخمسة الكبرى، فهناك دليل أيضًا على غياب التداخل التام بين هذه العوامل فى مختلف الثقافات (Yik & Bond, 1993). بالإضافة إلى ذلك قد يكون من الضرورى تضمين عوامل أخرى لخصال الشخصية يتم تأكيدها فى ثقافات أخرى.

باختصار، يجب على أى فرد مهتم بالنظرية والبحث، والتقدير فى مجال الشخصية أن يكون على وعى بالتنوع الثقافى. إن العالم مشكل بطرق مختلفة لدى أفراد الثقافات المختلفة، إن الكلمات نفسها -حتى عندما تترجم بدقة من لغة إلى أخرى- تأخذ معانى متباينة بتباين الثقافات. ما نقوله هنا لا يعنى أنه من المستحيل أن نصوغ مبادئ عامة للشخصية، تناسب أعضاء جميع الجماعات الثقافية. وإنما يعنى أن مثل هذا التعميم لا يمكن افتراضه بشكل آلى.

العلاقة بين نظرية الشخصية وقياس الشخصية

افترضنا -فى الفصل الأول- وجود علاقة بين مختلف نظريات الشخصية ومختلف مناهج البحث. فعلى سبيل المثال، أشرنا إلى العلاقة بين المناهج العلاجية ونظرية التحليل النفسى، والمنحى الارتباطى ونظرية السمة وتأكيدها الفروق الفردية، والمنحى التجريبى والنظرية المعرفية الاجتماعية. وكما هو ملاحظ فى البحوث التى عرضت على مدى الفصل، فإن أى منحى نظرى يمكن أن تختبر فروضه فى إطار أى من مختلف مناهج البحث. إن العلاقة بين النظرية والمنهج ليست علاقة مطلقة، ولذلك تقع جذور مختلف النماذج النظرية فى مختلف التقاليد

البحثية. لذلك، يمكن اقتراح وجود علاقة بين نوع البيانات التى يتم جمعها باستخدام أى منحى بحثى والظاهرة التى يتناولها التوجه النظرى.

هل مثل هذه الرابطة موجودة فيما يتصل بالقياس؟ بمعنى آخر، هل العلاقة موجودة بين التقاليد النظرية ومناحى تقدير الشخصية؟ يمكن أن نقترح هنا أيضًا أن أى طريقة قياس يمكن أن تستخدم فى ارتباطها بنظرية الشخصية، ومع ذلك توجد بين طريقة القياس ونظرية الشخصية علاقة، والسؤال ما هذه العلاقة؟ لقد اقترح كامبل (Campbel, 1957) منذ مدة مضت، أن مناهج القياس تتمايز على ثلاثة أبعاد:

(١) بُعد القياس البنائى مقابل غير البنائى[١].
(٢) بُعد القياس المُقَنَّع مقابل غير المُقَنَّع[٢].
(٣) بُعد التحرر مقابل الموضوعية[٣].

يرتبط بُعد القياس ***البنائى مقابل غير البنائى*** بكمية ما يُترك للمبحوث من حرية فى الاستجابة بطريقة تعكس فرديته. ونجد -فى هذا الإطار- أن المقابلات اللابنائية تترك للمبحوث درجة كبيرة من الحرية فى الاستجابة بالمقارنة بالمقابلات البنائية، وعلى نحو متشابه تترك الاختبارات الإسقاطية مثل الرورشاخ واختبار تفهم الموضوع للمبحوث الكثير من الحرية فى الاستجابة مقارنة بالاستخبارات التى تعتمد على بدائل الصواب والخطأ، أو بدائل الاستجابة (بنعم) أو (لا). ويرتبط بُعد ***القياس المُقَنَّع مقابل غير المُقَنَّع***، بدرجة وعى المبحوث بكيف ستفسر استجاباته. على سبيل المثال، تبعًا للمنحى الفيمنولوجى للمقابلة بطريقة "روجرز"، فإن الاهتمام يركز على كيف ينظر المبحوث إلى العالم. وهنا لا يتضمن الموقف أى إخفاء. من ناحية أخرى، فى اختبار الرورشاخ سوف يفسر المُختبر استجابات المبحوث فى

---

(١) Structured - Unstructured
(٢) Disguised- Undisguised
(٣) Voluntary - Objective

ضوء الرموز، والمعانى اللاشعورية الممكنة، والتى تأتى غالبًا مفاجئة للمبحوث. ويمكن للمرء هنا أن يسترجع أيضًا التضاد الذى وضعه ماكليلاند بين المقاييس التخيلية للدافعية التى لا تتطلب وعيًا من المبحوث، فى مقابل الاستخبارات الخاصة بالقيم. وأخيرًا، يرتبط بُعد ***التحرر مقابل الموضوعية*** بما إذا كان المطلوب من المبحوث أن يعبر عن اختيار أو تفضيل (استجابة حرة) مقابل إذا كان مطلوب منه إعطاء استجابة صحيحة كما فى الاختبار الأدائى الموضوعى.

هل هناك علاقة بين نظريات الشخصية وتمايز أدوات القياس فى ضوء هذه الأبعاد؟ الاقتراح الأكثر قبولاً هنا هو أن مثل هذه الرابطة موجودة. وتميل النظريات القياسية إلى أن تستخدم الاختبارات غير البنائية والمقنعة مثل اختبارات الرورشاخ وتفهم الموضوع. وعندما تستخدم الإجراءات التجريبية، يتم تأكيد أهمية إجراءات مثل الأنشطة السيكودينامية اللاواعية (فصل ٧). وفى حالة التفسير والتنبؤ بالبيانات، يعود الميل هنا إلى تأكيد أهمية التحليل الكلى للشخصية، وعلينا أن نتذكر هنا الإجراءات التى استخدمها فريق (OSS) ومجلسه التشخيصى، والذى قاده هنرى موراى، الذى كان متعاطفًا مع وجهة النظر القياسية، وفى المقابل، مالت نظريات السمات إلى أن ترتبط بالاختبارات البنائية، غير الخادعة مثل استخبار NEO~PI . ومع أن بعض الاستخبارات تتضمن مقاييس للصدق لاختبار الأمانة فى استجابة المبحوثين -كما لاحظنا- فإن المؤلفين أشاروا إلى أن مثل هذه المقاييس ليست ضرورية، وهذا يعنى افتراضهم أن معظم المبحوثين قادرون على تقديم تقرير ذاتى دقيق عن أنفسهم، ولديهم -وبشكل عام- الدافعية لأن يكونوا أمناء فى استجاباتهم. بالإضافة إلى ذلك، عندما توضع التنبؤات على أساس مثل هذه المعلومات الخاصة بالتقدير، فإنها تتضمن بشكل عام استخدام مقاييس نوعية بدلاً من الوصف ذى الطابع الكلى.

أخيرًا، كانت النظريات المعرفية الاجتماعية تميل -فى الماضى- إلى الارتباط باختبارات الأداء، أو بيانات الاختبارات الموضوعية. ومع أن قياسات

التقرير الذاتى فى بعض الحالات كانت مقبولة، مثل استخدام باندورا لمقاييس كفاءة الذات، كان يشار إلى قيود عديدة عند استخدام مثل هذه المقاييس، وكان التفضيل العام يتجه نحو مزيد من استخدام المقاييس الموضوعية؛ فكما لوحظ فى الفصل التاسع استخدم كانتور (Cantor) بيانات التقرير الذاتى كمقاييس لمهام الحياة. ومع ذلك، فإن كثيرًا من هذه المقاييس ارتبطت بسياقات نوعية وارتبطت -بشكل عام- بمقاييس موضوعية أخرى. بمعنى آخر، عندما استخدمت مقاييس التقرير الذاتى من خلال المنظرين المعرفيين الاجتماعيين، فإنها مالت إلى أن تكون مقاييس موقفية أو مرتبطة بنوعية السياق بدلاً من أن تكون مقاييس إجمالية (أو كلية) للوظائف، وهو ما يُعد صحيحًا أيضًا بالنسبة لمقاييس السمة. بالإضافة إلى ذلك، من النادر لدى النظريات المعرفية الاجتماعية أن ترتبط بالمقاييس التخيلية (Stewart, 1992). وبالطبع، لا يتم الميل هنا أبدًا للتأكيد على مقاييس التقدير من النمط المُقَنَّع (مثل الرورشاخ).

الأمر الأكثر حداثة، هو ما ذكر من تفاصيل عن مبادئ القياس من المنظور المعرفى الاجتماعى(Cervone, Shadel & Jencius, 2001). وتؤكد هذه المبادئ أهمية الآتى:

١- يجب أن تؤكد تقديرات الشخصية على بناءات الشخصية الداخلية وديناميتها، مقابل تأكيدها فقط على الميول السلوكية الصريحة.
٢- يجب أن تؤكد تقديرات الشخصية على المحددات الشخصية للفعل والأداء مثل البناءات المعرفية[١]، والاعتقادات، والأهداف، ومهارات تنظيم الذات.
٣- يجب أن تكون تقديرات الشخصية حساسة للطبيعة الفردية للشخص.
٤- يجب أن تؤكد تقديرات الشخصية على تقدير أداء الأشخاص داخل السياق.

ويلاحظ هنا، أن التناقض بين هذه القائمة من المبادئ وتلك المعروضة فى

---
(١) Knowledge Structures

إطار نظريات السمة ونظريات التحليل النفسى يعد أمرًا لافتًا للنظر.

كما هى الحال فى العلاقة بين مناهج البحث ونظريات الشخصية، فإن الصلة أيضًا بين أساليب القياس والنظرية ليست بالضرورة تامة الارتباط، أو موجودة دائمًا. ومع ذلك، فما يمكننى إقراره، هو أن هذه الصلة موجودة، بمعنى آخر، إن مختلف نظريات الشخصية ارتبطت بأنواع مختلفة من البيانات التى يؤكد كل منها أهمية أنواع مختلفة من مقاييس الشخصية. ويمكن فهم هذه القضية من خلال وضع رسم تخطيطى كامل يوضح جوانب الصورة، وذلك من خلال مقارنة ما يمكن أن نجمعه من بيانات مستمدة من مقاييس تقدير مختلفة لمبحوث واحد؛ ففى بعض الأحيان، أقوم بتدريس مادة قياس الشخصية. عندئذ أقسم الفصل الذى أدرس له إلى أربع مجموعات من الطلاب، كل قسم منهم يدرس نفس الموضوع باستخدام مجموعة مختلفة من مقاييس الشخصية. فإحدى المجموعات تقرأ السيرة الذاتية للمبحوث وتجرى معه عدة مقابلات. وتستخدم مجموعة أخرى اختبارات الرورشاخ وتفهم الموضوع، حيث الاهتمام عندئذ يتركز على بيانات الاختبارات الإسقاطية. والمجموعة الثالثة لا تقابل المبحوثين ولكنها تحصل على استجاباتهم على استخبارات سمات الشخصية، أما المجموعة الرابعة من الطلاب فتكون لديها عينة من الأنواع الثلاثة من البيانات. وفى نهاية الفصل الدراسى، أطلب من كل الطلاب أن يصوغوا انطباعاتهم حول المبحوث ويتنبؤا ببعض البيانات غير المتاحة لديهم. بشكل إبداعى، اندهش الطلاب وهم يلاحظون كيف أن هناك اختلافات فى انطباعاتهم عن المبحوث. كما أنهم صدموا باختلاف تنبؤاتهم عن أفضل التنبؤات التى خرجت بها كل مجموعة، فيما يتصل بتنبؤات المجموعات الأخرى، والتى وصلت إليها فى ضوء أحسن تنبؤ ممكن فى ضوء البيانات المتاحة.

نقطة مشابهة اقترحت فى حالة قدمت فى موضع آخر (Previn, 2001). تضمنت حالة لفرد اختبر وهو فى مرحلة ما قبل التخرج، وعندئذ، تمت متابعته خلال برنامج علاجى لمدة ٢٥ سنة. وقد طبق عليه مقياس رورشاخ وتفهم

الموضوع وهو فى مرحلة ما قبل التخرج، وفى تلك المرحلة جاءت استجاباته على إحدى بطاقات وتفهم الموضوع على النحو التالى: إن الصورة التى أمامى هى "لنوع من المحاكم، إنها محاكمة لدراكولا، إنه يستعد للخطف، دم مريض، إنه يستعد للخروج، لقد خنق بعض النساء".

إن القصص التى قدمها المبحوث استجابة لبطاقات اختبار تفهم الموضوع كانت تدور غالبًا حول مواضيع عن الحزن والعدوانية. ووصفه المحلل النفسى الذى فسر هذه القصة بأنه "متذبذب فى التعبير عن دوافعه السادية وفى تعبيره عن الإحساس بأنه ضحية ... إن لديه تداخلاً وتشوشًا حول معنى العلاقات التى تربط بين فردين، وفى الوقت نفسه يتوق إلى أن يلقى اهتمامًا، إنه فى حاجة إلى أن يدرك، وهو غالبًا ما يكون مشغولاً بالدوافع الجنسية". إن هذا الوصف يختلف بعض الشىء -على الأقل- فيما يتصل بصورة المبحوث عن ذاته. فمع أنه ركز اهتمامه على أنه غير قادر على أن يُقيم علاقة مع امرأة. وأن لديه غموضًا وعدم تأكد فيما يتصل بمهنته المستقبلية، فقد وصف نفسه بأنه شخص ذكى، ناجح فى إقامة صداقات، مخلص، عطوف، ودود إنسانيًا، وهو يعتبر نفسه بشكل أساسى شخصًا جيدًا. تتطابق هنا -بشكل كبير- صورة الذات الواقعية والذات المثالية، مع أنه يأمل فى أن يصبح أكثر دِفئًا وأكثر اجتهادًا وكدحًا. وعلى استخبار كاتل للشخصية 16PF رسمت استجاباته صورة له بوصفه "شخصًا بارعًا ومنسحبًا ولكنه لا يشعر بالأمان، سهل أن يضطرب ويكون أحيانًا اعتماديًا". بعد ١٢ سنة، طبق عليه بعض الاختبارات الإضافية، فبينت استجاباته على اختبار السمات الخمسة للشخصية NEO~PI أنه شخص منخفض على مقاييس القبول ومرتفع على الانبساطية والعصابية. وفى الوقت نفسه، فيما يتصل بالمفاهيم المعرفية الاجتماعية، فقد وصف أهدافه الكبرى كزوج ناجح، فقد أصبح أقل نقدًا وأكثر تقبلاً لزوجته وللآخرين، ويشعر بمشاعر أفضل تجاه عمله ومهنته. وفى ضوء الكفاءة، واعتقادات كفاءة الذات، اعتبر نفسه بارعًا جدًا، وذا مستوى عقلى مرتفع، مع أنه ليس مبدعًا على

النحو الذى يرغبه لنفسه. وهو يعتقد أن لديه مهارات اجتماعية جيدة جدًا فيقول "باستطاعتى أن أدفع عنى أى شيء، ولدىَّ ثقة فى نفسى فيما يتصل بالجوانب الاجتماعية". إجمالاً، إن لديه اعتقادات إيجابية عن كفاءته الذاتية، وهو يعتقد أن بإمكانه فعل أغلب الأشياء على نحو جيد (على المستوى الاجتماعى، والمهنى، والأخلاقى). إن شكه الأساسى فى نفسه يدور حول قدرته على أن يكون عبقريًا فى عطائه، وقبوله. وأيضًا حول قدرته على أن يكون مبدعًا.

هذه فقط "لمحات" من بين كم هائل من البيانات التى يتم الحصول عليها فى مراحل زمنية مختلفة، من خلال مناهج متنوعة للتقدير. ومع ذلك، يكفى أن نوضح نقطة مهمة، وهى أن صورًا مختلفة من البيانات تبزغ من حين لآخر من مصادر مختلفة من البيانات. فى بعض الأحيان، يكون هناك تداخل وتطابق، وفى أحيان أخرى تكون هناك صور مختلفة ملفتة للانتباه، وفى أحيان ثالثة تبزغ نقاط الاختلاف. ما نرغب فى الإشارة إليه هنا، هو أن هذه الفروق تتطابق مع مفاهيم نظرية مختلفة، ومع مناحىَ تؤكد أهمية نظريات مختلفة للشخصية. بمعنى آخر، إن النظرية والبحث والتقدير هى أجزاء من كلٍّ له أجزاء. ليس من الضرورى أن نجزم بأن منحًى أو آخر يعد صوابًا أو خطأً، ولكن بالأحرى قد يقدم كل منحى جزءًا مختلفًا من الحقيقة المرتبطة بالتعقيد فى شخصية الفرد. من ناحية أخرى، عندما تؤدى أنماط مختلفة من البيانات إلى مفاهيم نوعية ومتناقضة فيما يتصل بشخصية الفرد أو تقدم تنبؤات بسلوكه، فإن واحدًا أو أكثر من المقاييس التى استخدمت سيكون غير صادق.

الخلاصة

ما التضمينات التى يمكن أن نستخلصها فى حالة صواب القضية السابقة؟ بمعنى آخر، هل يمكن أن تقدم مختلف نظريات الشخصية، وأساليب القياس المرتبطة بها لمحات عن جوانب التعقيد فى وظائف الشخصية لدى الفرد؟.

أولاً: قد تعنى الإجابة عن هذا السؤال ضرورة أن نكون حذرين قبل الانخراط فى مناظرات عقيمة، حول مدى صحة إحدى النظريات عن غيرها، أو مدى أفضلية بعض أساليب قياس الشخصية عن البعض الآخر. فالأحرى بنا أن نهتم بتحديد أى النظريات أكثر من غيرها ارتباطًا بظواهر بعينها، وأى من مقاييس الشخصية أفضل من غيرها فى تحقيق أهداف بعينها.

ثانيًا: يوحى لنا هذا أن نكون حذرين عند استخدام نظريات الشخصية، ومقاييس التقدير لتكّون صورة مبسطة عن الأفراد. إن العالم النفسى الداخلى لمعظم الأشخاص معقد للغاية، ويتكون من مدى متنوع من الأفكار، والمشاعر، والميول المحددة للفعل، بالإضافة إلى إمكان توجيه هذه الوظائف النفسية بمناهج تتفاوت درجة تكيفها تبعًا لطبيعة السياق، وطبيعة الضغوط المشكّلة لها، وقدر ملاءمة أساليب التوافق المستخدمة. إن بعض الأشخاص يعرفون –وهو ما بينته الدراسات– أن باستطاعتهم تقديم صورة زائفة عن شخصيتهم، والتى يعتقدون –بعد ذلك– أنها أفضل تشخيص بالنسبة لهم·(Forer , 1949) فمثلنا مثل الطلاب المعنيين بهذا المجال علينا أن نكون بعيدين تمامًا عن السفسطة فى تقويمنا لمقاييس الشخصية.

وأخيرًا، ووفقًا لما أشرنا إليه فى بداية هذا الفصل، يبدو أن هناك حاجة ماسة إلى تحقيق قدر من التعدد المنهجى ·(Craik , 1986) فإذا كانت شخصية الفرد – كما هو مفترض– على درجة عالية من التعقيد، فهذا من شأنه أن يزيد من حاجتنا إلى مناهج متعددة للقياس، يمكن استخدامها بعد ذلك بطريقة متكاملة. وبعبارة أخرى، فإن المهمة التى تواجهنا –من وجهة نظر التقدير– قد تتمثل فى أن نحاول فهم ما الذى يقدمه كل منحى متاح؟ وما المواضيع التى تتحدى كل المناحى؟ لكى نفهم كيف يمكن لقطع لغز الشخصية أن تتلاءم فيما بينها. تلك كانت مهمة فريق مكتب الخدمات الاستراتيجية. والآن، وبعد خمسين سنة، وبعيدًا عن احتياجات المجهود الحربى، فإننا فى وضع أفضل لتحقيق هذه المهمة.

تقدير الشخصية Personality Assessment: استخدام مقاييس الشخصية لفهم بعض جوانب شخصية الفرد والتنبؤ بالأداء محل الاهتمام.

أسلوب الاستجابة Response Style: ميل الأفراد للاستجابة بطريقة معينة للأداة المستخدمة فيما يتصل بالطريقة المصوغ بها بنود المقياس أكثر من محتوى هذه البنود (الميل إلى الإذعان).

ثبات إعادة الاختبار Test-Retest Reliability : أحد صور تقدير الثبات التى تعتمد على مقارنة استجابة المبحوث فى إحدى السياقات مقارنة باستجاباته فى سياق آخر مشابه.

ثبات الصورة المتكافئة Alternate form Reliability: إحدى صور تقدير الثبات التى تعتمد على حساب درجة الاتفاق بين اختبارين بما يساعد فى استخدام الاختبارين لقياس نفس المفهوم.

ثبات القسمة النصفية Split–half Reliability: إحدى صور تقدير الثبات الذى يعتمد على حساب الارتباط بين الدرجة على نصف بنود المقياس بالدرجة على نصفه الآخر.

ثبات المصححين Scorer Reliability: إحدى صور تقدير الثبات الذى يعتمد على تقدير درجة الاتفاق بين اثنين أو أكثر من المحكمين فى تقديراتهم للاستجابات على المقياس.

ثبات المفسر Interpreter Reliability: إحدى صور تقدير الثبات الذى يعتمد على تقدير درجة الاتفاق بين اثنين أو أكثر من القائمين على تفسير الاستجابات على الاختبار.

الصدق التلازمى Concurrent Validity: إحدى صور تقدير الصدق الذى

يعتمد على مقارنة الدرجة على الاختبار محل الاهتمام بالدرجة المستمدة من اختبار آخر يقيس السمة نفسها. (مثل مقارنة الدرجة على اختبار مينسوتا متعدد الأوجه بالدرجة المقدرة للمقابلات السيكومترية).

الصدق التنبؤى Predictive Validity: إحدى صور تقدير الصدق الذى يعتمد على حساب إلى أى حد يمكن استخدام الدرجة على الاختبار فى التنبؤ بالأداء التالى.

صدق التكوين Construct Validity: إحدى صور تقدير الصدق الذى يعتمد على تحديد أى الدلائل البحثية تدعم مفهوم الشخصية وتدعم قياسه.

الاتساع Bandwidth: مدى السلوكيات التى يغطيها مفهوم الشخصية أو مقياس الشخصية.

الدقة Fidelity: تحديد إلى أى درجة يمكن استخدام مفهوم الشخصية أو مقياس الشخصية لوصف السلوك أو التنبؤ به.

ملخص الفصل

١- يتضمن تقدير الشخصية الجهود التى تبذل لجمع المعلومات المتصلة بجوانب الشخصية لدى الفرد للتنبؤ بالسلوك أو القرارات المرتبطة بذلك. وقد عنيت دراسات فريق مكتب الخدمات الاستراتيجية بالأسئلة التى تتصل بأنواع البيانات التى يتم الحصول عليها، وكيف يمكن استخدام كل منها فى تنظيم عملية التنبؤ، وتقييم نجاح مثل هذه الجهود.

٢- على مدار فصول الكتاب الحالى، أشرنا إلى عديد من استخدامات مقاييس شخصية المتنوعة (مثل بيانات سجلات الحياة، أو بيانات تقديرات المشاهدين الخارجيين، أو بيانات التقدير الذاتى). وبيَّنَّا أن كل نمط من هذه البيانات له مناطق قوته وضعفه المتميزة.

٣- تم كذلك الاهتمام باستعراض مختلف أنواع الثبات الضرورية لتقدير ثبات الملاحظات الشخصية وأيضًا مختلف أنواع الصدق الممكنة. وقد أعطى اهتمام خاص لصدق التكوين، الذى يتم تقديره فى ضوء ما يتوافر من معلومات ووقائع وأحداث متراكمة تدعم المفهوم وأساليب قياسه. بصرف النظر عن حجم القبول الذى تلقاه مقاييس معظم مفاهيم الشخصية بشكل عام، كما هو الحال بالنسبه للترمومتر الذى يقيس الحرارة، فيتطلب الأمر تقدير درجة صدق تكوين مقاييسنا. وتثير الاختبارات الإسقاطية مثل اختبار بقع الحبر (الرورشاخ) عديدًا من الأسئلة حول صدقها.

٤- ينصب اهتمام الفصل الحالى على استعراض الدليل على دقة بيانات التقرير الذاتى. حيث يفترض أن الأفراد يمكن لهم بشكل معقول تكوين أحكام دقيقة عن خصالهم الشخصية الدقيقة وتلقى تقديرات ملاحظة الذات قبولاً معقولاً.

الفصل الثالث عشر*

خاتمة

قضايا حالية، وتوقعات لعلم الشخصية

---

* ترجمة د. عبد الحليم محمود السيد

نظرة عامة على الفصل:

سنستعرض فى هذا الفصل بعض القضايا التى تناولتها الفصول السابقة، وننظر فى قضايا أخرى. وبدلاً من محاولة الإجابة عن أسئلة نوعية، سنركز هنا على قضايا عامة فى ميدان الشخصية تغطى كثيرًا من المواضيع النوعية. وتتضمن هذه القضايا كيف يكون السلوك عامًّا أو متصلاً بموقف نوعى؟ إلى أى حد تكون الشخصية مرنة وقابلة للتشكل؟ وهل توجد استراتيجية للبحث أفضل للميدان؟ وبوجه عام، يوجد تأكيد على تجاوز المواضيع الأيديولوجية لتقدير تعقيد الميدان وموضوع البحث فيه، أى الشخص. بالإضافة إلى الاهتمام بمحاولات بازغة تزيد أهمية للميدان.

عرضنا فى الفصول السابقة عددًا كبيرًا من البحوث فى ميدان الشخصية، وأثيرت أسئلة، وقدمت إجابات فى حدود المعرفة الحالية فى الميدان. ونعود هنا إلى أسئلة عامة، بعضها ذكر من قبل والآخر لم يذكر. وحتى الآن حاولت أن أكون موضوعيًا فى تقديم الميدان إلى الدارسين، وهنا سوف أكون أكثر صراحة فيما يتصل بوجهة نظرى الخاصة.

تعريف الشخصية

تجنبنا حتى الآن تعريف الشخصية، وقد يبدو غريبًا أن نعرض كثيرًا مما في الميدان دون تعريف بالموضوع ذاته. وقد تعلمنا عمومًا أن نبدأ بتعريف كيف نستطيع أن نتحدث عن أمر لم يعرف بعد؟ والواقع أن العلماء في ميادين أخرى أكثر تقدمًا من علم النفس يبحثون غالبًا ظواهر لا يكون لديهم تعريف ملائم لها.

وعبر السنوات تم تعريف الشخصية بطرق مختلفة مما يسمح لكل باحث أن يفحص الظواهر التي رُئي أن لها أهمية خاصة، دون أن يقبل في الميدان تعريف مشترك. وبعد أن قلنا هذا سوف نتهور ونقدم تعريفًا لما نتبنّاه في هذا الكتاب.

"الشخصية تنظيم معقد من المعارف والوجدانات والسلوكيات، التي تعطى لحياة الشخص توجهًا[1] ونمطًا[2] (اتساقًا). وتتكون الشخصية –مثل الجسم– من بناءات وعمليات، وتعكس كلاً من الطبع(المورّثات) والتطبع (الخبرة). كما أن الشخصية تشمل آثار الماضي، بما في ذلك ذكريات الماضي، وبناءات الحاضر والمستقبل".

ويوجد عدد من النقاط في هذا التعريف من المفيد التأكيد عليها وتوضيحها:

أولاً: تم تعريف مجال الشخصية من خلال دراسة الفروق الفردية. وكما أرى فإن الفروق الفردية جزء من ميدان الشخصية. وقد قَدمت البحوث التي قُدمت في هذا الكتاب شهادة واضحة على الأهمية التي تمت مراعاتها للفروق الفردية، ومع ذلك فإنني أرى أن تنظيم أجزاء الشخص إلى نسق للأداء الكلي يمثل الخاصية التي يعرف بها ميدان الشخصية.

ويمكن إجراء مماثلة مع دراسة أداء البدن، فقد نهتم بكيف يقوم الجسم بأداء وظائفه كنسق كلي، كما هو الحال في الفروق الفردية ومع ذلك فإن تنظيم أداء الجسم هو الذي يَلقى اهتمامًا مركزيًا وليس الفروق الفردية في بعض

---

(1) Direction
(2) Pattern

الأجزاء. وقد تمت صياغة هذه القضية منذ سنوات عديدة على النحو التالى:

وتؤكد التعريفات العادية للشخصية على الفروق الفردية بالطريقة التى استخدمت. واعتقد أن من المهم لكى يتم تقدم فى النظرية وفى البحث أن نعلم ما يحدث إذا اتبع علماء التشريح نفس الطريقة التى يتبعها علماء الشخصية. سوف نعرف الكثير حول التنوعات الصغيرة لموضع القلب دون أن نتحقق أن موقعه -بالنسبة لكل شخص فى أى مكان من العالم- هو الصدر يسار المركز. وما سبق، لا ينفى أهمية الفروق الفردية ولكن إلى أن نعرف أكثر عن العمليات الأساسية للشخصية فمن الصعب معرفة مدى ملاءمة الفروق (Sechrest, 1976, p.4).

وأنا أوافق على ما قيل هنا، إلا أننى أضيف تأكيدًا على الجوانب المنظمة لأداء الشخصية، ليس المهم فقط العمليات الأساسية، ولكن كيف توظف هذه العمليات فى علاقة كل منها بالآخر؟ هذا هو المفتاح.

ثانيًا: فى التعريف تأكيد على المعرفة والوجدان والسلوك، أى ما نفكر فيه ونشعر به ونفعله. ويغلب النظر إلى هذه الجوانب فى معزل كل منها عن الآخر، فمثلاً قد يكون التأكيد على المعارف أو الانفعالات. وأحيانًا ينظر إلى أحد الجوانب على أنه يحدد الجانبين الآخرين. فمثلاً قد ينظر إلى المعارف على أنها تحدد الانفعالات. وفى رأيى أن ما نفكر فيه ونشعر به ونعمله يؤثر دائمًا كل منها فى الآخر. إن ما نركز عليه انتباهنا يؤثر فى حالتنا المزاجية، كما أن حالتنا المزاجية تؤثر أيضًا فى اتجاه انتباهنا. وحالتنا المزاجية تؤثر فى سلوكنا، إلا أن سلوكنا ونتائجه له تضمينات على مزاجنا. أى أن الشخصية تتضمن ارتباطات متبادلة بين الأفكار والوجدانات والسلوك. وتنظيم هذه العناصر، من خلال التفاعل القائم بينها، يمثل أمرًا مركزيًّا للشخصية.

ثالثًا: يوجد بُعد للزمن يجب إدخاله فى الحسبان، فالشخصية يمكن أن

تعمل فى الحاضر فقط، ومع ذلك يمارس الماضى تأثيرًا على الحاضر من خلال التوقعات والأهداف. وأحلامنا بالمستقبل تمثل جزءًا من الشخصية، مثلها مثل ذكرياتنا للماضى وإدراكاتنا للحاضر. وكما لاحظنا فى الكتاب فإن المستقبل لا يمكنه تحديد الحاضر، ولكن نظرتنا للمستقبل يمكنها أن تفعل هذا التأثير. ومن الواضح أن الشخص الذى لديه مخطط سلبى للمستقبل سيشعر ويسلك بطريقة مختلفة تمامًا عن الشخص الذى لديه مخطط إيجابى نحو المستقبل.

وبتأكيد هذه النقاط، يصبح من الواضح أن من رأيى أن الشخصية معقدة، ولا يعنى هذا فقط اشتمال الشخصية على أشياء كثيرة (معارف، ووجدانات، وسلوكيات) وإنما تتضمن أيضًا تنظيم هذه الوحدات. وتعقيد التنظيم هو مفتاح تعريف الشخصية، وقد تم تأكيد هذا مرات عديدة خلال الكتاب. وإذا وضعنا فى حسباننا كلاً من هذا التعقيد ووحدة كل فرد تتم دراسته، يجعلان فليس من الغريب أن يكون تحقيق تقدم فى الميدان أمرًا صعبًا جدًّا.

استراتيجيات البحث:

عرضنا فى الفصل (١) ثلاث استراتيجيات بحثية – العيادية، والارتباطية، والتجريبية– وجوانب القوة والضعف فى كل منحى. كما عرضنا الأهداف المشتركة ممثلة فى الثبات والصدق. وقد كان لدينا الفرصة أن نعرض خلال الكتاب جهود استخدام مناحىَ متعددة، فإن الاتجاه الغالب فى الميدان هو استخدام منحى أو آخر، وكذلك استخدام نوع معين من البيانات أو آخر– تاريخ حياة، أو تقدير، أو مشاهدة، أو اختبارات موضوعية و/ أو/ تقارير ذاتية. ليس هذا فقط بل إن الاتجاه كان نحو تأكيد جوانب قوة المنحى المستخدم، وعيوب المناحى الأخرى. فمن يفضلون المنحى العيادى يؤكدون على ثراء البيانات، ومحدودية القابلية للتطبيق لكثير من النتائج التجريبية فى مواقف الحياة الواقعية. أما من يفضلون المنحى الارتباطى،

فيؤكدون على فائدة مقاييس التقرير الذاتى وعلى أهمية الفروق الفردية، ويوجهون النقد للطابع غير الكمى لكثير من البحوث العيادية، وضِيق مدى الظواهر التى يمكن بحثها فى المعمل. وأخيرًا فإن من يفضلون المنحى التجريبى يؤكدون على أهمية التحكم فى المتغيرات موضع الاهتمام، ويوجهون النقد إلى البحوث التى تعتمد على مقاييس التقدير الذاتى، أو على التقارير العيادية لما يحدث فى موقف العلاج.

وهذا الاختلاف فى التأكيد على إجراءات مختلفة للبحث لا ينفرد فيه علماء الشخصية، وكما لاحظنا فى الفصل (١) فإن علماء النفس الذين يدرسون التذكر، يختلفون حول العلاقة بين النتائج التى تم الحصول عليها فى المعمل، وتلك التى تم الحصول عليها من مشاهدة طبيعية. وقد أثير حديثا موضوع أين وكيف تتم دراسة الذاكرة فيما يتصل بتقويم ذكريات الأطفال الذين أسيء إليهم. هل ذكريات سوء المعاملة يُوثَق بها إذا صدرت عن طفل؟ وفيما يتصل بهذه المشكلة، فإن الجمعية الأمريكية لعلم النفس شكلت هيئة بحثية، عرفت باسم "المجموعة العاملة لدراسة سوء المعاملة فى الطفولة". ضمت كلاً من باحثين وممارسين عياديين، ويمكن وصف عملها فيما يلى:

> "يميل العياديون أكثر من الباحثين إلى قبول تقارير عملائهم حول سوء المعاملة، عندما تستند إلى ذكريات قديمة. أما الباحثون فهم كقاعدة أكثر تشككًا فى صدق الذكريات التى مرّ عليها عدد كبير من السنوات مروا خلالها بخبرات كثيرة. فالعياديون يعرفون نوعًا واحدًا من البيانات، والباحثون يعرفون نوعًا آخر. ومهمتنا هى أن نؤلف بين هذين النوعين من البيانات (DeAngelis, American Psychological Association, Monitor November, 1993, p. 44).

وتثار أسئلة كثيرة فيما يتصل باستراتيجيات البحث. هل يفضل دراسة العدوان فى المعمل أم فى مواقف أكثر طبيعية؟ هل البيانات الكيفية مثل تلك التى يتم الحصول عليها غالبًا فى الموقف العيادى، أو من خلال المشاهدة الطبيعية لها

قيمتها، أم ينبغى أن تكون كل البيانات العلمية كمية؟ هل النتائج المعملية المستمدة من مبحوثين أصحاء يمكن استخدامها كأساس لإجراءات علاجية مع عينات عيادية؟ هل يمكن الثقة فى مقاييس التقرير الذاتى للصحة النفسية أم يجب استخدام أحكام عيادية للتمييز بين الأصحاء فعلاً، وبين من يقدمون نوعًا من الخداع بأنهم أصحاء نفسيًّا على أساس إنكار دفاعى للكرب؟ وهذه من المواضيع التى يثور الجدال حولها فى ميدان علم النفس بأكمله وليس فى ميدان الشخصية فقط.

ورأيى الخاص أن معظم هذا الجدل لا فائدة منه وليس مفيدًا للميدان؛ فقيمة البيانات الكيفية تقبل فى علوم أخرى مثل علم الحياة وعلم الجيولوجيا، لماذا لا تقبل فى علم النفس؟ إن أعظم اكتشافات داروين قامت على أساس مشاهدات، فلماذا يجب استبعاد هذا النوع من البحوث من علم النفس؟ النقطة هنا، أننا ينبغى أن لا نكون إيديولوجيين فيما يتصل بكيف وأين تم الحصول على البيانات، بل نركز على نوع البيانات. إذا كانت البيانات التى تم تقريرها يمكن استعادتها من خلال آخرين، وكانت متصلة بأسئلة مهمة، إذن يجب تقويمها بغض النظر عن كونها جاءت من العيادة أو من المعمل. ولا بد من تقويمها بغض النظر عن الحصول عليها من خلال تقرير ذاتى أو مقاييس موضوعية. وأبعد من هذا توجد حاجة للبحث الذى يستخدم عدة إجراءات بحثية وعدة مصادر للبيانات. كما حدث فى دراسة وصفت فى الفصل (١٢) (OSS) أى أننى متفق تمامًا مع وجهة النظر التى تم التعبير عنها فيما يتصل ببحوث التذكر.

"لا شك أن هذا الميدان للبحث مهم كمصدر لتحديد المتغيرات للبحث الواقعى، ومع ذلك فلكى نكون على علم تام، من المفيد استخدام مناهج متنوعة، واستخدام عدة مناهج -بما فى ذلك المقابلات، والمحاكاة المعملية، وأحداث مراحل الحياة، والدراسات الميدانية، ودراسات ذاكرة السيرة الذاتية والدراسات العيادية- كلها تسهم فى تقدم معرفتنا عن الانفعال والتذكر. فالمناحى قد تختلف ولكننا نحتاج ألا يكون هناك صراع بين مختلف المناحى،

وهى تكون عادة متكاملة (Christianson, 1992, p. 303)".

وللأسف لا يجد علماء النفس أن من السهل اتباع أسلوب المناحى المتعددة، إما بشكل فردى أو جماعى. فمنذ سنوات ماضية قرر عدد من أعضاء القسم الذى أعمل به اتباع أسلوب "موراى"، وأن ندرس عددًا قليلاً من المبحوثين دراسة متعمقة. وكان كل منا مهتمًا بجانب مختلف للشخصية وكل منا فضّل منهجًا أو آخر من مناهج البحث، لماذا لم يتم اختيار عدد قليل من المبحوثين لإجراء دراسة متعمقة وربط البيانات التى يتم حصول كل منا عليها بهدف تكوين صورة كلية عن الشخص؟ كان هناك حماس كبير للفكرة فى البداية لكنها لم تتحقق أبدًا. فالبعض غادر القسم للتدريس فى مكان آخر، والآخرون كانوا شديدى الانشغال بمشاريعهم الفردية، بحيث لم يستطيعوا إلزام أنفسهم بالعمل الجماعى. أى أنه رغم أن البحث التعاونى الذى يتضمن دراسة متعمقة للأفراد بإجراءات بحثية متعددة له قيمته وثرى، فإن من الصعب تحقيق هذا فى الواقع.

النوعية -فى مقابل- العمومية:

من أكثر القضايا صعوبة وإثارة للخلاف بالنسبة لعلماء الشخصية المهتمين، ما مقدار العمومية أو النوعية التى يكون عليها السلوك عبر المواقف والمجالات. وقد برزت هذه القضية فى الخلاف على العلاقة بين الشخص والموقف (الفصل ٢) وفى المواضع المتعارضة بين علماء نفس الشخصية وعلماء نفس المعرفة الاجتماعية. ومع ذلك يبدو لى أن القضية أكثر اتساعًا فى تشعباتها وتضميناتها. والسؤال هو: هل أداء الشخصية مستقر ومتسق بدرجة كافية عبر المواقف بما يسمح بتعميمات واسعة، أم أنها شديدة النوعية ومرتبطة بالظروف المحيطة، بحيث تصبح هذه التعميمات غير ممكنة؟ والإجابات عن هذا السؤال ليست مهمة فقط بالنسبة لكيف تتكون الشخصية، وإنما أيضًا لكيف يمكن بحثها. وتتصل الإجابات بكل مجال للبحث عرض فى هذا الكتاب: هل نستطيع أن نتحدث عن شعور شامل

بالذات، وتقدير الذات؟ أم يجب أن نتحدث عن ذوات فرعية واعتقادات نوعية بكفاءة الذات؟ هل توجد ذات أم توجد أسرة من الذوات؟ هل الأشخاص لهم أهداف عامة أم أن أهدافهم نوعية حسب الموقف؟ هل الأشخاص لديهم أساليب عزو عامة، أم أن أنواع العزو تعتمد على المضمون والظروف المتضمنة؟

وهناك حل ممكن للمشكلة، هو افتراض أننا نستطيع أن نعامل شيئًا على أنه عام لبعض الأغراض، ونعامله على أنه نوعى لأغراض أخرى. فمثلاً قد نريد الحديث عن استراتيجية مواجهة لبعض الأغراض (الفصل ١٠) بوصفها خصلة شخصية عامة ولأغراض أخرى عن صفات نوعية ترتبط بالمجال. وقد نريد، لبعض الأهداف، أن ننظر إلى شخص معين على أنه منبسط رغم أننا نعلم أنه لا يبدى خصال الشخصية الانبساطية دائمًا. ولبعض الأهداف، فى معظم الوقت فى ظل معظم الظروف، قد يكون هذا جيدًا. وهناك حل آخر أن نفترض أننا نستطيع أن نتعامل مع شيء معين على أنه عام بالنسبة لبعض الأشخاص وليس للآخرين. فمثلاً قد نميز بين الانطوائيين والانبساطيين عند الاعتراف بأن بعض الأشخاص لا يمكن تصنيفهم على أنهم منطوون أو منبسطون فى كل المواقف.

ويبدو لى، مع ذلك، أن كلا الحلين غير مقبول. فمن ناحية الافتراض الأول أى أننا لبعض الأغراض قد نركز على العموميات ولأغراض أخرى على النوعية الموقفية، كيف نعرف لأى الأغراض ولأى الأشخاص نستطيع أن نتعامل من خلال تعميمات عامة، ولأيها نحتاج إلى تنويعات موقفية؟ لا توجد مبادئ لإرشادنا، ولا أتصور أنه تم اكتشافها. وبالنسبة للافتراض الثانى، أى أننا نفكر من خلال مجموعات مختلفة للأفراد، فإن هذا يؤدى إلى نظرية للشخصية تلائم بعض الأشخاص ولا تلائم البعض الآخر. فمثلاً قد يكون لدينا نظرية للانطواء-الانبساط لا تنطبق إلا على نسبة من الجمهور، ويصعب أن يكون هذا أمرًا مُرضيًا.

إذن إلى أين يؤدى بنا هذا؟ أعتقد أننا نحتاج إلى إنشاء نظرية للشخصية تعترف بكل من الاستقرار (الاتساق) والتنوع (النوعية الموقفية) فى أداء الشخصية.

وبعبارة أخرى، أعتقد أننا يجب أن نميز ما أطلقت عليه مصطلح ركود السلوك الإنسانى – فى مقابل – تدفقه، أى أن الأشخاص لديهم أنماط عامة للأداء، إلا أنهم يستطيعون التكيف مع المتطلبات الموقفية النوعية. فمثلاً فيما يتصل بالأهداف، أو الدوافع، فإن هذا يعنى أن الأشخاص لديهم نسق هدف عام، إلا أنهم يستطيعون مراجعة أولويات الهدف وفقًا لمتطلبات داخلية وظروف خارجية. ونحن نعرف أن مما له معنى متابعة أهداف اجتماعية فى بعض الحالات، وأهداف عمل فى حالات أخرى، أى متابعة قضاء وقت جيد فى بعض المواقف، ومتابعة أهداف تقدير الذات فى مواقف أخرى. ونحن نعرف أننا نستطيع مواجهة عدة أهداف (كل من الأهداف الاجتماعية وأهداف العمل) فى بعض المواقف، ولكننا لا نستطيع هذا فى مواقف أخرى. ونعترف أنه بوجه عام بعض الأشياء تهمنا أكثر من أشياء أخرى. إلا أن ما لم يكن يهمنا فى أوقات معينة قد يصبح مهمًّا جدًّا. وكما عرضنا حياتنا أثناء أسبوع أو شهر أو سنة، فإننا نفاجأ بكل من الاتساق الواسع للأنماط، وبأهمية أنواع التحول العَرَضى. إنه تفاعل بين الاستقرار والتغير، بين الركود والتدفق. هذا فى رأيى هو لُبُّ الشخصية، أى أن مهمتنا ليست تجاهل أحدهما والتركيز على الآخر، وإنما أن نقدر ونفهم التفاعل بين الاثنين.

الطبع والتطبع، أو المورِّثات والثقافة:

لكل من المورِّثات والخبرة أهمية فى ارتقاء الشخصية. وكما لاحظنا فى الفصل(٥) لا يوجد مورّث دون بيئة ولا توجد بيئة دون مورّث. وكل منهما يؤثر فى الآخر. أكثر من هذا فكل منهما يؤثر فى جعل البشر يشبهون بعضهم فى بعض الجوانب، ويختلفون عن بعضهم فى جوانب أخرى. وكل البشر يشتركون فى بعض الخصائص الوراثية التى تحددهم ككائنات بشرية، ذكورًا أو إناثًا، وفيما عدا بعض الاستثناءات النادرة غير الطبيعية كلنا يملك عينين وأذنين ومخًّا...إلخ, وفى نفس الوقت –فيما عدا التوائم المتماثلة– كل واحد منا يُعد فريدًا من الناحية الوراثية.

وهذا يسهم فى وجود تنوع شديد، وهو شىء ينظر إليه بيولوجيًا على أنه أمر مرغوب للأنواع. وبالمثل فإن الثقافة تؤثر فى خلق كل من التجانس والتنوع. ويميل الأفراد داخل نفس الثقافة إلى أن يشتركوا فى بعض المعتقدات والقيم. ومن ناحية أخرى يختلف الأفراد الذين ينتمون لثقافات مختلفة اختلافًا كثيرًا فيما يعتقدون ويقيّمون.

وتوجد عبر الزمن تحولات فى درجة الأهمية التى تنسب إلى الوراثة أو إلى الآثار البيئية والثقافية، وفى كل الأحوال يوجد خلاف حول الأهمية النسبية لكل منهما. وكما لاحظنا فى الفصل (٥) نحن نشاهد موجة لإسهامات الوراثة فى الشخصية، فعلماء الوراثة السلوكية يوحون بأن من "٤٠ %" إلي "٥٠ %" من الشخصية محدَّد وراثيًا. أكثر من هذا فقد افترض أن كثيرًا من الآثار البيئية تيسرها الآثار الوراثية؟ فمثلاً الأشخاص ذوو المورِّثات المختلفة يستثيرون استجابات مختلفة من البيئة أو يختارون بيئات مختلفة. ومع ذلك لا ننسى – فى غمرة الاعتراف بأهمية آثار الوراثة– أن نبدى دهشتنا أيضًا بأهمية آثار البيئة. وتعجب إحدى صديقاتى من علماء الحياة بأن تقول: إن الشىء الوحيد الذى لا يتأثر بالمورِّثات هو أى لغة أنت تتحدث بها. وأعتقد أنها تتفق معى فى أنه لا توجد خصلة – تهم علماء نفس الشخصية– لا تتأثر بالبيئة عمومًا والثقافة بوجه خاص، بما فى ذلك أى لغة تتحدث أنت بها.

وتمت الإشارة إلى أهمية الثقافة فى عدد من المواضع فى هذا الكتاب، وبوجه خاص فيما يتصل بالذات (الفصل ٨)، وفيما يتصل بالتعبير عن الانفعال (الفصل١٠)، وفيما يتصل بالتقدير (الفصل ١٢) وأثناء كتابتى لهذا الفصل اطَّلعت على قصة رياضية مسلية، توضح أهمية الثقافة. وتتضمن هذه القصة هدّاف كرة (بيسبول) من جنوب كوريا عيّن أخيرًا من خلال إعلان بـــ لوس أنجيليس وأثناء أول وقت له فى اللعب التفت إلى الحكم وانحنى. وهذا أمر لم تتم رؤيته من قبل فى البيسبول الأمريكى. وقد فسر هذا الهدّاف الشاب الأمر بعد ذلك: بأننا تعلمنا فى

كوريا احترام الكبار. وكنت أشكره على جهده وعلى وجوده هنا معنا. إذا كنا نعرف ثقافة واحدة، يصعب علينا تقدير أهميتها واحتمالات تنوع أداء الشخصية. فكثير من الأشياء التى نعتقد فيها أو نعلمها تبدو طبيعية بحيث يصعب علينا تصورها على نحو آخر. لهذا فكثير من الطلبة الأمريكيين يندهش عندما يعلم أن أعضاء الثقافات الأخرى لديهم شعور مختلف تمامًا بالذات. وكثير من أعضاء إحدى الثقافات يجدون من الصعب عليهم السفر الاجتماعى[١] عندما يكونون فى ثقافة مختلفة تمامًا. فمثلاً رغم أنه تبدو درجة كبيرة من العمومية فى الانفعالات التى يمكن الشعور بها، يوجد تنوع ثقافى شديد لما يستثير كل انفعال، وبالنسبة لكيف يتم الشعور بها ذاتيًا وإلى أى حد تتم المشاركة الاجتماعية فيها (Schera & Wallbott, 1994)، وحتى داخل المجتمع الأمريكى توجد فروق ثقافية وعنصرية كبيرة فى كيف تتم الخبرة بالانفعالات، وكيف تسمّى وكيف يعبر عنها ويشارك فيها؟ (Matsumato, 1993) فالهدّاف الكورى الجنوبى الذى ركع للحكم دلّ على أنه لم ير تعبير الحكم لأن الحكم كان متحكمًا فى تعبيراته (وكأنه يحتفظ بقناع الدور). ولا يبدو واضحًا أن اللاعب الهداف كان قادرًا على أن يفسر بدقة ما كان يشعر به الحكم أو يعبر عنه. والحقيقة أن الثقافة تؤثر فى كل جانب من جوانب أداء الشخصية. فالأهداف التى نختارها للسعى لتحقيقها وكيف نكافح لتحقيقها تتأثر بالثقافة. فمثلاً كوننا نرى الإنجاز من خلال جهد فردى أو تعاون جماعة، وكوننا ننظر للنجاح من خلال أهداف المسار المهنى أو أهداف الأسرة يتأثر كثيرًا بالثقافة (Heine, Lehman, Markus & Kitayama, 1999; Salili, 1994).

وتؤثر الثقافة فى طريقة تفاعلنا مع الآخرين من خلال معايير سلوك اجتماعى مقبول وملائم، ويبدو أن الثقافة تؤثر حتى فى طبيعة أدائنا البيولوجى، فمثلاً يوجد دليل على عدم صحة المعتقدات الثقافية حول تأثير الشيخوخة فى درجة فقدان

---

(١) Socially Navigate

الذاكرة التى يشعر بها الأشخاص فى السن الكبير. وقد كشفت مقارنة بين المعتقدات النمطية للأمريكيين والصينيين حول الشيخوخة عن فروق فى أداء الذاكرة لدى الراشدين المسنين (من "٥٩" – "٩١" سنة) فالصينيون لديهم وجهة نظر إيجابية نحو الشيخوخة، ويعتقدون أن المسنين منهم لديهم أداء أفضل للذاكرة. وأوضحت النتائج أن آليات نفسية اجتماعية تسهم فى التقارير الصادرة عن الأمريكيين، فيما يتصل بتدهور الذاكرة المصاحب للشيخوخة. أى أن من الممكن أن ينبئ التنميط السلبى فى الولايات المتحدة حول كيف يكون العمر المعرفى لكبار السن منبئًا بتحقيق الذات (Levy & Langer, 1994, p. 966).

وبإعطاء دليل على أهمية كل من التأثير الوراثى والبيئى الثقافى، من الواضح أن الأدلة المتصلة بالأهمية النسبية لأحدهما أو للآخر يصعب أن يكون لها معنى. والأحرى أن تكون مهمتنا فهم القيود والفرص التى تنشئها كل من المورّثات والثقافة. ومعظم العملية التى نكتسب من خلالها – بوصفنا كائنات بيولوجية- معتقدات ثقافية وممارسات. وثمة مماثلتان أرى أنهما مفيدتان فيما يتصل بهذه التفاعلات بين المورّثات والبيئة: **الأولى** تم وصفها فى الفصل (٥) وهى حركة الكرة فى أرض واسعة. فالأرض الواسعة تمثل ما هو محدد وراثيًا. والكرة التى تتدحرج فى الأرض الواسعة تمثل الارتقاء وتأثير قوى البيئة. ومسار الكرة أى انبثاق الشخصية يعكس دائمًا الجانب الوراثى (ممثلاً فى الأرض الواسعة) فى تفاعله مع أحداث البيئة.

أما المماثلة الثانية فتقوم على أساس الحاسب الآلى، فالجهاز يمثل المورّثات والبرامج تمثل الآثار البيئية- الثقافية. ومن الواضح أن كلاً من الجهاز والبرامج ضروريان لعمل الحاسب الآلى. والجهاز يضع بعض القيود والإمكانات للبرامج. فإذا نظرنا إلى الجهاز يوجد تنوع ضخم فى البرامج التى تمكن كتابتها، على أن كلاً من الأفراد المستخدمين للجهاز والبرامج المعيارية يمكنهما أن يبتكرا نتاجات فريدة تمامًا، مثل الشخصية الفردية فى تفردّها. وفى نفس الوقت الذى ندهش فيه

بتفرد النتاج النهائى، فإننا ندهش بالجهاز الذى يمثل البناء الأساسى للنسق وبالبرامج التى تمثل لغة نوعية ووظائف يمكن استخدامها. ودون هذا المزج للعناصر لا يتم ناتج نهائى. فإذا أخذنا هذه المماثلة خطوة أخرى، فكما أن الحاسب أصبح أكثر تعقيدًا مثل عقول النسق الداخلة، فإن البرامج أصبحت تزداد أهمية وقادرة على أن تحقق تنوعًا متزايدًا فى الوظائف، وبطريقة المماثلة فإن ارتقاء المخ الإنسانى مكّن من تزايد الوسع للتفكير والشعور والسلوك بطرق مختلفة. ورغم أن تأثير المورّثات يظل قويًّا، فإننا نستطيع أن نتشكل بطرق شديدة فى التنوع من خلال الثقافة والخبرات الفريدة.

المطاوعة – التثبيت[١]، والاستقرار– التغير

كما لاحظنا فى الفصلين (٦ و١١)، يهتم علماء الشخصية بمدى مطاوعة الشخصية وكيف يحدث التغير. من الواضح أن المورّثات تضع حدودًا على النتاجات لكنها لا تثبتها. والقيود التى تضعها المورّثات قد تكون واسعة أو ضيقة، مما يعتمد على الخصال المتضمنة. وبالمثل فإن الخبرات الأولى تبدو مهمة ولكنها كلها لا تحدد خصال الشخصية. إذ يعتمد تأثير الخبرة المبكرة على شدة الخبرة، ومدة استمرارها، وأنواع الخبرات التالية التى حدثت. فالشخص الذى أسيء معاملته باتساق فى طفولته عبر عدد ممتد من السنوات، والذى لم يتلق رعاية أفضل فى المراهقة يكون معرضًا للاضطراب. ومع ذلك فإن العوامل الجبلية (الوراثية) تلعب دورًا فى ناتج هذه الخبرات، وتوفّر أقل قدر من الخبرة الإيجابية والنماذج يمكن أن ترجع الارتقاء إلى الاتجاه الأكثر إيجابية، وخاصة إذا كانت الخبرات الأخيرة أكثر إيجابية وتبنى على أى خبرات إيجابية مبكرة (Garmezs, 1993; Rbins & Rutter, 1990).

ويبدو أن معظم علماء نفس الشخصية لديهم استعداد للنظر إلى الشخصية على

---

(١) Malleability- Fixity

أنها مطاوعة نسبيًّا أو ثابتة نسبيًّا، على أنها معرضة للتغير، أو على أنها أساسًا مستقرة، مما يرجع إلى المورّثات و/أو/ الخبرة الأولى. ومع ذلك نحن نعلم فى الحقيقة القليل حول الظروف الهامشية لما هو ممكن فى ارتقاء الشخصية، وحول العوامل التى تحدد مسارًا للارتقاء أو مسارًا آخر. نحن نعرف أن بعض الأشخاص يظلون نسبيًّا يتسمون بالثبات عبر الزمن، بينما يتغير آخرون تغيرًا شديدًا. ونحن نعلم أن بعض الخبرات تُحدث أثرًا مستمرًا، على الأقل على بعض الأشخاص، بينما يكون أثر خبرات أخرى عابرًا. ولكن لماذا تكون بعض الخبرات شديدة القوة ويكون تأثير خبرات أخرى عابرًا؟ هذا لم نفهمه حتى الآن. وكما أوحى بعض علماء النفس، قد تلعب أحداث الصدفة دورًا أكبر مما نعتقد حاليًّا.

والقضايا مشابهة فى التعقيد فيما يتصل بعمليات التغير العلاجى الذى تمت مناقشته فى الفصل (١١) وبعض علماء الشخصية شديدو التفاؤل فيما يتصل بإمكان التغير العلاجى، بينما آخرون أكثر تشككًا. وكل منهم يستطيع أن يشير إلى دليل يؤيد وجهة نظره، إلا أننا فى الواقع مازلنا لا نستطيع أن نعرف ماذا يمكن تغيره فى الشخصية وكيف. أى ما الذى يمكن تغييره بهذه المناهج. والإجابات العامة غير شافية، تمامًا كما أنه ليس هناك معنى للحديث عن كون الشخصية مطاوعة أو ثابتة. ويوجد دليل أنه على الأقل يمكن تغيير بعض جوانب الشخصية بطرق إيجابية، وخاصة فى ظل سياق مساند وعلاقات إيجابية. وأشعر أن الوجدان (الانفعالات) أكثر صعوبة فى التغيير من المعارف (المعتقدات) والسلوكيات. لكن حقيقة الأمر هو أننا مازلنا نعرف القليل نسبيًّا حول عمليات التغير، على الأقل من خلال استطاعتنا أن نقول بثقة إن إجراء علاجيًّا نوعيًّا سوف ينتج عن تتابعات علاجية نوعية، على الأقل بالنسبة لبعض الأفراد. ورغم تزايد الجهود لوصف علاجات لصعوبات نفسية نوعية، فإلى حد كبير فإن جهودنا تبذل أكثر على نوع الاعتقاد وعلى المحاولة والخطأ. أى أن مختلف المعالجين يعتقدون أن جهودهم علاجية، وبوجه عام لها درجة من النجاح مع بعض المرضى. ومع ذلك لماذا نجحوا، ومع

أى مرضى، أو لماذا تتسم الإجراءات التى يستخدمها بعض المعالجين بأنها شديدة الكفاءة، على حين إذا استخدمها معالجون آخرون تكون أقل كفاءة، هذا أمر غير مفهوم.

وباختصار، كما هو الحال فى الخلاف بين الشخص – والموقف، والطبع– والتطبع، ينبغى أن نتجنب الحديث من مواضع أيديولوجية فيما يتصل بالخلاف على المطاوعة– الثبات. فيما يتصل بالخلاف حول الشخص – الموقف، رأينا أن السؤال يحتاج إلى إعادة صياغته لتوضيح كيف يتفاعل كل من الأشخاص والمواقف لكى يؤدى هذا إلى السلوك. وبالمثل ففيما يتصل بالخلاف حول الطبع – والتطبع، فإن السؤال يحتاج إلى أن يصاغ لإبراز كيف يتفاعل كل من الطبع – والتطبع، المورِّثات – والبيئة؛ لإنتاج الشخصيات التى نشاهدها. وعلى هذا ففى الخلاف على المطاوعة– الثبات يجب أن نستعد لتركيز انتباهنا على نوع الخبرات أو الإجراءات العلاجية التى تؤثر فى إحداث تغير، على الأقل لدى بعض الأشخاص أكثر من آخرين.

والذى تم الإيحاء به هو أن نظل نتشكك فى عناوين الصحف أو برامج التلفزيون التى توحى بإجابات سهلة على الأسئلة الصعبة، فإجابات مثل "المزاج يتسم بالثبات" أو أنه "تبين أن العلاج النفسى غير فعَّال".

وهذا يوحى بأننا نقدّر تعقيد الأسئلة الموجهة، ونتيجة لهذا أن الفهم وحده للعمليات الداخلة هو الذى يؤدى إلى إجابات عن الأسئلة التى تهمنا.

مدى الملاءمة(١) وتركيز الملاءمة: القيد(٢) والدقة.

نرجع هنا إلى مفاهيم ظهرت فى عدد من الأماكن فى هذا الكتاب. وهى تفيدنا فى الحصول على صورة أكثر تفصيلاً للميدان. وزوجا المفاهيم المستخدمة: مدى الملاءمة وتركيز الملاءمة، والقيد والدقة، ذاتا صلة كلاهما يوحيان بأنه فى تقويم

---

(١) Convenience
(٢) Bandwidth

النظريات وتقدير حيل القياس، ينبغى أن نضع فى حسباننا مدى الظواهر التى تغطيها وأكثر المناطق قابلية للتطبيق. فبالنسبة للزوج الأول من المفاهيم، فإن بعض نظريات الشخصية وبعض حيل التقدير أكثر شمولاً من البعض الآخر، أى أن لها مدى أكبر من الملاءمة أو قيدًا أكبر. لا شك أن الشمول[١] ملمح مرغوب فى النظرية أو فى علمية التقويم، لكن هذا ليس هو المحك الوحيد للتقويم. إذ إن محكًا آخر يتمثل فى تقدير التفاصيل، أو دقة التنبؤ، أى نوع التركيز على ما هو ملائم أو دقيق. وللأسف، فإنه فى ميدان الشخصية فإن هذين الملمحين المرغوبين يستبعد أحدهما الآخر. فالنظريات الشاملة إلى الشخصية تكون غالبًا ضعيفة فى التفاصيل وفى البحوث المتصلة بها، على حين أن النظرية الثرية فى التفاصيل توفر فقط تغطية محدودة لظواهر الشخصية. وبالمثل، فإن حيل تقدير الشخصية الواسعة تكون غالبًا أضعف كثيرًا فى قوتها التنبؤية، فيما يتصل بمهام معينة أو عمل معين بالمقارنة بمقاييس صممت لمهمة معينة، أو عمل معين فى الذهن. ويبدو لى أن كثيرًا من الفروق بين علماء الشخصية تتضمن تفضيلاً لمدى الملاءمة أو تركيزًا للملاءمة، وبالنسبة للقيد أو الدقة. فالبعض مهتم بالصورة الكلية والآخرون يهتمون بأجزاء نوعية. ويوجد أفراد ينظرون إلى أحد كروت اختبار الرورشاخ لبقع الحبر، ويركزون فى بقعة الحبر ككل، على حين يركز آخرون على تفاصيل صغيرة. وبالمثل فإننى أشعر أن هناك علماء نفس شخصية يفضلون النظرة الكبيرة الشاملة للأشياء، على حين أن آخرين يفضلون التركيز على جوانب معينة من أداء الشخصية.

وأهمية مفاهيم: مدى الملاءمة– وتركيز الملاءمة، والقيد والدقة، أنها تسمح لنا أن نميز الفروق بين النظريات وحيل التقدير؛ وبالتالى تسمح لنا أن نميز جوانب القوة والضعف لبدائل النظريات وحيل التقدير أكثر من أن نقول إن إحداها أفضل

---

(١) Comprehensiveness

من الأخرى، وأن نكون فى موضع يمكننا أن نقارن التفاح والبرتقال، مما يجعلنا فى موضع يمكننا من أن نضع فى الحسبان نظريات ومقاييس الشخصية من خلال كل من العمومية والنوعية، ومن خلال كل من جوانب القوة وجوانب الضعف. فمثلاً فى الفصل (١١) لاحظنا أن ميدان العلاج بعيدٌ عن التركيز على ملاءمة نظرية السمة، ولكنه جزء من التركيز على ملاءمة نظرية التحليل النفسى. وعند مقارنة نظريات الشخصية ومقاييسها وتقويمها نريد دائمًا أن نضع فى ذهننا مسائل العمومية والنوعية، ومدى الملاءمة – وتركيز الملاءمة، والقيد والدقة.

الجوانب الاجتماعية والسياسية للشخصية: النظرية والبحث

نتناول هنا موضوعًا لم يتم تطويره فى الكتاب، يتصل بإلى أى حد تأثرت نظريات الشخصية ومقاييسها بقوى سائدة فى المجتمع وقت ظهورها. ويتضمن الموضوع كذلك النظر فى التضمينات الاجتماعية والسياسية لمختلف النظريات ونتائج البحث. ومن المنظور الشعبى ينظر إلى العلم على أنه يتضمن سعيًا موضوعيًّا نحو الحقيقة، وينظر إلى العلماء على أنهم أفراد عقلانيون تمامًا، على الأقل فى جهودهم العلمية، ومع ذلك فإن واقع الأمر أن العلماء يتأثرون بالقوى الاجتماعية السائدة فى الوقت الذى يجرون فيه بحوثهم. أكثر من هذا، فإن نتائج العلماء لها تضمينات سياسية (Pervin, 2002). فعلماء الطبيعة الذين كانوا يعملون فى القنبلة الذرية لم يكونوا محايدين حول عملهم، أو فكرة الاستمرار لمحاولة إيجاد وسائل قوية للتخريب. والجمهور لم يكن محايدًا إزاء آراء "داروين". وآراء فرويد فى المرأة نشأت فى وقت معين وداخل سياق اجتماعى خاص. وقد وجهت الحركة النسائية الحديثة النقد لهذه الآراء. وهذا يبرز خطأ الأفكار الشائعة عن العلم بوصفه موضوعيًّا تمامًا وعقلانيًّا، ولا علاقة له بالسياسية.

أود أن أعرض بإيجاز ثلاثة أمثلة لهذا الموضوع. الأول يتصل بقضية الفروق فى الذكاء. ففى بحث أوصيت طلابى بقراءته بوصفه واحدًا من أكثر الكتب

التى كتبت فى الميدان توجهًا اجتماعيًا يعرض "كامين" (Kamin, 1974) تاريخ مفهوم الذكاء وتاريخ اختبارات الذكاء فى أمريكا. وقد اتجهت الجهود المبكرة فى مجال قياس الذكاء نحو تكوين أداة تشخيصية عملية يمكن استخدامها فى وصف الجهود العلاجية، بالنسبة للأفراد ذوى الدرجات المنخفضة، بعبارة أخرى كان التركيز على التغيير والمساعدة. وقد تم هذا العمل على يد "ألفريد بينيه" Binet فى فرنسا فى القرن العشرين (١٩٠٥)، ومع ذلك فإن رواد حركة القياس العقلى فى أمريكا اشتركوا مع مقياس بينيه فى مفهوم الذكاء الفطرى. ووفقًا لــ "كامين" فإن هذا الربط بين نسبة الذكاء والذكاء الفطرى تتلاءم مع النظرة السيسيوباتية لهؤلاء الرواد، وخاصة الآراء التى تذهب إلى أن أعضاء بعض الجماعات العرقية[١] والعنصرية[٢] كانوا فطريًا أكثر ذكاء من أعضاء جماعات أخرى عرقية وعنصرية. ويوحى "كامين" أن هذه الآراء أصبحت خلال العشرينيات مرتبطة بقرارات مهمة تتصل بالسياسة الاجتماعية والفعل الاجتماعى. وكانت تستخدم اختبارات الذكاء لإثبات أن أعدادًا من المهاجرين اليهود والمجر والإيطاليين والروس كانوا ضعاف عقول! وكان قادة حركة القياس العقلى يدَّعون أنهم يقيسون الذكاء الولادى أو الذكاء الفطرى أكثر مما يقيسون التعرض للعادات الأمريكية أو البيئات المتميزة. والغرض العنصرى يوحى بأنه كلما انخفض الدم الجرمانى كلما انخفض مستوى الذكاء. بالمقابل ووفقًا لــ "كامين" فإن بيانات اختبارات الذكاء لعبت دورًا فى تمرير قانون الهجرة لسنة ١٩٢٤ الذى يفرض حصصًا صممت لوضع قيود على هجرة الأشخاص المتدنين بيولوجيًا من جنوب أوروبا. وبعبارة أخرى استخدمت "الحقائق" العلمية لتأييد وجهات نظر اجتماعية وسياسية. وفى سنة ١٩٩٤ استخدمت "حقائق" تتصل بمطاوعة الذكاء فى شرح الفروق بين الطبقات الاقتصادية ولتبرير إتمام برامج تربوية خاصة (Herrnstein & Murray, 1994).

---

(١) Ethnic
(٢) Racial

والمثال الثانى يتضمن العلم والفروق بين الجنسين. وهنا نعود إلى بحث كتبه "شيلدز" (Shields, 1975) يحلل الاهتمام بعلم نفس الفروق بين الرجال والنساء خلال المدة بين سنة "١٨٥٠" و"١٩٣٠". واهتم بوجه خاص بحقيقة أن البحوث أثناء هذه المدة، كانت تجرى أساسًا من خلال رجال، وكان ينظر إلى النساء وفقًا لعلاقتهن بمعايير الذكور أكثر مما ينظر إليهن كمواضيع للبحث فى حد ذاتها. ووفقًا لــ "شيلدز" كانت النظرة الاجتماعية السائدة هى أن النساء أدنى عقليًّا من الرجال، ومن ثم ترك لرجال العلم اكتشاف المحددات الفسيولوجية الخاصة بكفاءة النساء (نفس المرجع ١٩٧٥، ص: ٧٤٠). أولاً كان الاعتقاد السائد هو أن الرجال يتفوقون على النساء لأن مخهم أكبر. واستدلوا على هذا بأن دماغهم كانت أكبر. وذهبوا إلى أبعد من هذا، فقد تم قياس حجم الدماغ لدى كل من الذكور والإناث، ووجد فعلاً أن دماغ الرجال أكبر.

ومع ذلك أثيرت عدة مشكلات، **أولها:** لا توجد علاقة بين حجم المخ والذكاء عبر الأنواع إذ إن كثيرًا من الحيوانات ذات الرءُوس الكبيرة والأمخاخ الكبيرة، أثبتت دليلاً ضعيفًا فيما يتصل بارتفاع الذكاء. ولكن ماذا عن حجم المخ بالنسبة لحجم الجسم، فى مقابل الحجم المطلق للمخ؟ وهنا وفقا لــ "شيلدز" توحى البيانات أن النساء يملكن مخًّا أكبر نسبيًّا من الرجال. ولكن ماذا عن الحجم النسبى لأجزاء المخ فى مقابل إجمالى المخ؟ لم تؤد البحوث المتصلة بالفروق بين الذكور والإناث فى أجزاء المخ إلى نتائج مريحة للباحثين. ومع ذلك فقد استمرت المطاردة بالنسبة للكثير، مع تركيز النظر نحو العثور على فروق تشريحية تميز الرجال. ويوحى "شيلدز" أنه وُجِد تحيز من ناحية من الذى يقوم بالبحث، وكيف تصاغ أسئلة البحث، وأى النتائج كانت تقبل. فالنتائج التى تؤيد الرأى الاجتماعى المقبول كانت تقبل دون مراجعة، على حين أن النتائج التى تتحدى الرأى الاجتماعى المقبول كان يوجه إليها النقد، وترفض أو تعرَّض لكل أنواع النقد المنهجى.

المثال الثالث يتمثل فى الخلاف المتصل بوجهة النظر الحالية التى يعبر عنها

علماء وراثة السلوك وعلماء نفس التطور. وهناك صورة بارزة فى مجال الوراثة السلوكية أخذت نظرة متطرفة "للطبع" وتوحى بأن معظم الأطفال يَنْشَئُون لكى يكونوا مختلفين فرديًّا على أساس فرديتهم العلِيَّة(١):

> إن تربية الأطفال فى أسرة معينة، وليس فى أسرة أخرى، وفى نطاق الأسر الممثلة فى العينة يؤدى إلى القليل من الفروق فى شخصياتهم وارتقائهم العقلى. وتوحى البيانات أن البيئات التى يوفرها معظم الوالدين لأبنائهم لها أثر فارقى قليل على هؤلاء الأبناء. ومعظم الأسر تزود أبناءها ببيئات مساندة بدرجة كافية أكثر مما تحثه الفروق الفردية (Scarr, 1992, p. 3).

وقد هوجم هذا الرأى من اثنين من علماء النفس الارتقائى، افترضا أن دلائل عديدة تشير إلى أن ما يفعله الوالدان، أو يفشلان فى فعله، يؤثر تأثيرًا حاسمًا فى الارتقاء (Baumirind, 1993; J.F. Jackson, 1993). أكثر من هذا فقد هوجم هذا الرأى بسبب تضميناته على السياسة العامة بما فى ذلك تمويل برامج التدخل. وبعبارة أخرى، **تم التعبير عن المقصود بأنه إذا كانت المعتقدات العامة هو أن نتائج الارتقاء ترجع تمامًا إلى عوامل وراثية، فسوف يكون هناك دعم قليل لبرامج التدخل البيئى.**

وكل من هذه النماذج الثلاثة يتصل بقضية الطبع – التطبع، إلا أن هذه ليست القضية الوحيدة التى يختلف حولها علماء نفس الشخصية، أو ليست فقط القضية الوحيدة التى لها تضمينات اجتماعية وسياسية. ورغم الكفاح والجهد المبذول فى هذه القضية، فإن أهمية القوى الاجتماعية والسياسية، بالإضافة إلى بحوث الشخصية فى تشكيل السياسة العامة، تمتد إلى ما يتجاوز قضية الطبع والتطبع. والنقطة هنا هى الحاجة إلى زيادة الحساسية للقوى الاجتماعية والسياسية التى تؤثر على وتتأثر بنظرية الشخصية وبحوثها.

---

(١) Individual Genotype

مجالات حالية للاهتمام:

رغم أنه بذلت محاولة فى هذا الكتاب لتقديم الميدان كما يوجد حاليًّا، لكى يكون معاصرًا على قدر الإمكان، فقد حان الوقت الآن للنظر فى مناطق الاهتمام البازغة. ويبدو لى أن **أربع مناطق ذات أهمية خاصة للمستقبل الحالى فى الميدان: علم الحياة بوجه عام، وعلم الأعصاب[1] بوجه خاص، ودراسة الشخصية فى سياق ثقافى، والتأكيد على الجوانب الإيجابية للشخصية، ومحاولة التقارب أو التكامل بين مختلف المناظير النظرية**. ويبدو أن الميدانين الأولين قد ظهرت أهميتهما كجزء من الميدان، ويرجح استمرار الاهتمام بهما فى المستقبل. أما الميدانان الأخيران فهما غير مؤكدين.

ويشهد ميدان علم الحياة بوجه عام وعلم الأعصاب بوجه خاص نموًا مفاجئًا. وقد ترتب هذا أساسًا على التطورات التكنولوجية من خلال تحديد مورّثات معينة ومناطق نشاط المخ أثناء القيام بأنواع من الأداء المعرفى والانفعالى. وقد حاولت خلال هذا الكتاب تحديد الصلات بين البحوث فى هذه المنطقة للاهتمام وبين المناطق التقليدية لبحوث الشخصية. ومن رأيى أنه لا مجال للسؤال حول أن أنواع التقدم التى حدثت فى هذه المنطقة شديدة الأهمية. وفى نفس الوقت نذكر نوعًا من الحذر من أن نتأكد من القضية المفهومية الأساسية موضع الاهتمام. وتتصل ملحوظة الحذر بإمكان المبالغة فى التبسيط. فأداء الشخصية معقد، وتتم غالبًا محاولة التبسيط الشديد لهذا التعقيد من خلال محاولات الربط بين مورّثات وحيدة ببعض خصال الشخصية، أو الربط بين أجزاء مفردة من المخ بأنواع من النشاط المعرفى والانفعالى المعقد.

وكما ذُكر من قبل فى هذا الكتاب، فإن خصال الشخصية تتأثر بنشاط مورّثات متعددة وكذلك بالتفاعل بين هذا النشاط الوراثى مع آثار البيئة. كما أن وظائف المخ

---

(١) Neuroscience

كنسق تكون بين أجزاء فردية كثيرة تسهم فى العمليات التى تتم للتفاعل الدينامى فى علاقة كل منها بالآخر. وتتضمن القضية المفهومية الأوسع كيف تتكامل النتائج فى هذه المناطق فى ميدان الشخصية وبالمستوى الملائم من التحليل. والذى يهمنا هنا هو تحدى الإحاطة المعرفية بأنواع الارتقاء فى هذه الميادين دون خفض الظواهر موضع الاهتمام إلى مجرد عملية مورّثات أو مخ. وبعبارة أخرى، يتمثل التحدى فى المستقبل، فى قدرتنا على إحداث تكامل بين النتائج من مختلف مستويات التحليل (أى نسيج الخلية، والعضو، والنسق، والكائن الحى) دون أن نقع فريسة للاختزالية[١] (أى اختزال الظواهر من مستوى معين إلى عمليات فى مستوى أدنى للتحليل)(Pervin, 2002) وقد أجاد الفيلسوف "سيرل" (Searle, 2000) صياغة الموضوع كالتالى: كيف يسبب نشاط خلية فى المشتبك العصبى خبرة سماع أسطوانة لبيتهوفن، أو رؤية وردة حمراء، أو حَمل هَم كيف سنقوم بدفع ضرائب دخلنا؟(Searle, 2000, p. 45).

إن لدينا مَنْ يحاول أن يثبت أن علماء الحياة الجزئية يستعدون للتحرك إلى علم النفس والسيطرة على الميدان. واعتقد أن هذه هى الطريقة التى يجدد بها علم النفس شبابه (Silver, as quoted in: Weiner, 1999. p. 243). ومن ناحية أخرى يوجد آخرون مثل باندورا (Bandura, 2001) يوحون بأنه يوجد قلق متزايد حول توجه[٢] مختلف جوانب علم النفس نحو علم الحياة. إن ميدان علم النفس ينبغى أن يجدد نظرة واسعة للكائنات الإنسانية وليست نظرة اختزالية تجزيئية، فالأحداث الذهنية تمثل نشاطًا للمخ، إلا أنه ماديًا لا يتضمن هذا اختزالاً لعلم النفس إلى علم الحياة (Bandura,2001, p. 18-9). وعلى هذا فإن التحدى الذى يواجه الميدان سيكون فى التوفيق بين هاتين الوجهتين من النظر.

المجال الآخر الذى له أهمية عظيمة هو الثقافة. وبينما يحاول علماء الحيـــاة

Reductionalism (١)
Divestilure (٢)

والأعصاب تأكيد ما هو عام فى الأداء الإنسانى، وبينما يؤكد علماء الحياة الجوانب العامة (العلِيَّة) فى الانفعال والمعرفة والأداء بين الأشخاص، يؤكد أنصار الثقافة دور الثقافة فى الطريقة التى نفكر بها ونشعر ويربطون كلاً منهما بالآخر (Pervin, 2002) وإذا كان المورّث أو الخلية العصبية موضع اهتمام علماء الحياة وعلماء الأعصاب، فإن عالم المعانى هو الذى يهم أنصار الثقافة. وعلى الأقل تبدو أهمية منحى الثقافة فى أنه يستخدم لتصحيح وجهة نظر يسلم بها الأمريكيون، وفى بعض الكليات الجامعية يسلم بها كل الطلبة. وقد رأينا أن خطأ العزو الأساسى قد لا يكون أساسيًّا، وأن الطريقة التى ينظر بها إلى الذات قد تختلف اختلافًا شديدًا من ثقافة إلى أخرى. وفى المستقبل فإن البحوث الثقافية المقارنة ستكون جزءًا أساسيًّا من الميدان. ليس فقط باختبار الأفكار التى نشأت فى الولايات المتحدة واختبارها فى ثقافات أخرى، وإنما أيضًا أفكار نشأت فى أماكن أخرى من العالم تستورد لفحصها.

والمنطقة الثالثة البازغة من الاهتمام هى ما أطلق عليه علم النفس الإيجابى[1] (Kahneman, Diener& Shwarlz, 1999; Seligman& Csikszentmihaly , 2000; Sheldon & king, 2001; Snyder & Lopes, 2001). فبينما كان الميدان فى الماضى يركز على الجوانب الإشكالية للأداء الإنسانى (أى القلق والاكتئاب، والمرض والمعتقدات اللاعقلية) حدث تحول فى التأكيد نحو جوانب القوة التى لدى الأشخاص، والمتعة التى يستمدونها من الحياة (أى الأمل، والحكمة، والهدف، والروحانية) وهذا التغير فى التأكيد انعكس فى بحوث مثل حسن الحال (Diener, 2000; Diener& Lucas, 1999)، وبحوث تحقيق الذات وتحقيق الإمكانات البشرية (Ryan & Deci, 2001)، والجوانب المفيدة من الانفعالات الإيجابية (Frederickson, 2001)، وعملية المرونة[2]

---

(١) Positive Psychology

(٢) Resilience

وقدرة الأفراد على التغلب على الصعوبات (Masten, 2001)، وبوجه عام على الجوانب الصحية للأداء النفسى للأشخاص(Ryff & Singer, 1998).

وهذا تحول مهم فى التأكيد، وتصحيح لما كان مبالغًا فيه من تأكيد على ما هو مَرَضى فى أدائنا. ومع ذلك، سواء كان هذا هو الوجه الآخر من عملة ما هو مَرَضى، أو شيئًا جديدًا حقًا، وسواء كان هذا بداية لتراكم جسم من المعلومات يقابل الاهتمام قصير المدى، فإن هذا يحتاج منا إلى بعض الانتظار.

وأخيرًا، نأتى إلى هدف إحداث التقارب فى الميدان، أو التوفيق بين المواقع المتصارعة لعلماء السمة وعلماء النفس الاجتماعى المعرفى، التوفيق بين التأكيد على الاتساق والاستعداد، وما يناظره من تأكيد على التنوع الموقفى (Mischel & Shada, 1998). وكما أوضحنا فى الفصل (٣) فإن هذا يعد هدفًا رائعًا. ولكن كيف يتم إحداث هذا التكامل وما هى التوقعات التى تترتب عليه فى المستقبل القريب؟ وهنا –كما لاحظنا– فإن الصورة غير واضحة والنظرة إلى المستقبل القريب على أحسن تقدير غير مؤكدة. وعند هذه النقطة وبعد ثلاث سنوات من النداء الذى وجهته للاقتراب، لا أرى دليلاً على حركة فى هذا الاتجاه. والحق أننى غير متأكد أننا فى هذه النقطة لدينا الوحدات المفهومية لإحداث هذا التكامل، على الرغم من أن هذه الأهداف قدّمت كواحدة لهذه الإمكانية. وقد مرت الميادين العلمية الأخرى بمراحل وجدت فيها وجهات نظرية متصارعة. وقد يسير الخلاف بين السمة والمعرفة الاجتماعية فى مساره فى ميدان الشخصية. وسواء كانت نظرية المستقبل ستشبه أكثر نظرية أو أخرى أو تكون مختلفة عن كل منهما، يبقى هذا جزءًا من السر والإثارة التى يحملها المستقبل.

توقعات للمستقبل:

بعد هذا العرض للبحوث الجارية فى ميدان الشخصية، والنظر فى عدد من القضايا الواسعة، ماذا يمكن أن يقال حول مستقبل الميدان؟ إن وجهة نظرى متفائلة

بحذر وصبر. إنها متفائلة فى الاعتقاد فى أن أسئلة مهمة تم توجيهها من علماء الشخصية، وبطريقة أدق، فإن شبابًا نابغًا وموهوبًا يزداد إقباله على الميدان. وهو تفاؤل حذر لأننا لم نتوصل بعد إلى تقدم مفاجئ. وتاريخ الميدان ملىء بالبِدَع[1] المتصلة بموضوع أو آخر للبحث. أى أن التفاؤل ينبغى أن يقويه إحساس بتاريخ الميدان وتقدير لمهمتنا- أى فهم وتفسير لأداء الشخصية الإنسانية. من أجل ذلك قلت إنى متفائل بتؤدة وصبر والصعوبة المهمة تتمثل فى أن هذه المكاسب ستأتى بطيئة. ولا يعنى هذا أن علماء الشخصية أضعف من علماء الفيزياء والكيمياء وعلم الحياة، وإنما نحن لم نستمر فى عملنا نفس المدد الطويلة التى عملوا خلالها. يضاف إلى هذا -كما قد يرى الكثيرون- أن تفرد القوى المؤثرة فى الأفراد، وفهم الشخصية الإنسانية يمثل مهمة أكثر صعوبة جدًّا من فهم الجزئيات أو العناصر أو المورِّثات، ومن أجل هذا فإننى متفائل بحذر وصبر نحو مستقبل الميدان.

---

(١) Fads

ملخص الفصل:

١- تم تقديم تعريف للشخصية يؤكد على الجوانب المنظمة والمترابطة للأداء المعرفى، والوجدانى والسلوكى.

٢- نُظر إلى الاستراتيجية العيادية والارتباطية والتجريبية كإسهامات ممكنـة فـى المعرفة، ولا توجد استراتيجية فى حد ذاتها أفضل من الأخرى. وبالمثل فإنـه يُنظر إلى مختلف أنواع البيانات على أنها مفيدة فى دراسة الشخصية، والبحثُ التوليفى الذى يتضمن عدة مناهج وعدة أنواع من البيانات مرغوبٌ لكنه صعب التنفيذ.

٣- تم الإيحاء بأننا نحتاج إلى تطوير نظرية للشخصية تعترف بكل من الاسـتقرار (الاتساق) والتنوع (النوعية الموقفية) أى بكل من الركـود والتـدفق فـى أداء الشخصية.

٤- يؤثر كل من المورِّثات والبيئة فى إحداث تشابهات وفروق فى الأشخاص. وتم التأكيد على أهمية الثقافة والوعى بمختلف الطرق التى تؤثر بها الثقافـة فـى النظرة إلى الذات والتعبير عن الانفعال. وقد أفاد استخدام نوعين من المماثلات هما الكرة التى تتدحرج على أرض فسيحة، وجهاز الحاسب وبرامجـه، فـى تقدير أهمية كل من الآثار الوراثية والبيئية.

٥- يوجد دليل على استقرار الشخصية عبر الزمن وكذلك على تغيرها. وعند هذه النقطة لا نستطيع أن نكون محددين للحدود الفاصلة بين الاستقرار والتغير، أو حول العمليات التى تسهم فى الاستقرار والتغير.

٦- استخدمت مفاهيم الملاءمة - وتركيز الملاءمة، والقيد - والدقة فى التمييز بين نظريات الشخصية وحيل التقدير، وكذلك لتقويم جوانب قوتها وضعفها.

٧- يتأثر علماء نفس الشخصية بقوى اجتماعية وسياسـية تـؤثر فـى المجتمـع.

بالإضافة إلى أن علماء نفس الشخصية يمكنهم التأثير فى اتجاهات الجمهور والسياسة الاجتماعية.

٨- تم تحديد أربعة ميادين بازغة مهمة، هى: تكامل النتائج الناتجة عن بحوث علم الحياة بوجه عام وعلم الأعصاب بوجه خاص، مع الأجزاء التقليدية لعلم نفس الشخصية؛ والتأكيد على الفروق الثقافية فى المعنى ودورها فى الانفعال والمعرفة والسلوك بين الأشخاص، والتأكيد على علم النفس الإيجابى، والتأكيد على إحداث تقارب أو تكامل بين وجهتى نظر السمة والمعرفة الاجتماعية.

٩- يعد فهم الأشخاص مهمة معقدة جدًا، ورغم الصعوبة والافتقاد للإجماع على نظرية معينة، فإن المرء يمكن أن يكون متفائلاً بحذر نحو مستقبل الميدان.

References المـــراجع

Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology,* 87,49-74.

Adams, H. E., Wright, L. W., & Lohr, B. A. (1996). Is homophobia associated with homosexual arousal? *Journal of Abnormal Psychology,* 105,440-445.

Ader, R. (2001). Psychoneuroimmunology. *Current Directions in Psychological Science,* 10,94-98.

Ainsworth, M. D. S., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist,* 46, 333-341.

Alexander, F. (1950). *Psychosomatic medicine.* New York: Norton.

Alexander, F., & French, T. M. (1946). *Psychoanalytic therapy.* New York: Ronald.

Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation.* New York: Holt, Rinehart and Winston.

Allport, G. W. (1958). What units shall we employ? In G. Lindzey (Ed.), *Assessment of human motives* (pp. 239-260). New York: Holt, Rinehart and Winston.

Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality.* New York: Holt, Rinehart and Winston.

Allport, G. W., & Odbert, H. S. (1936). Trait-names: A psycho-lexical study. *Psychological Monographs,* 47 (1, Whole No.211).

Anastasi, A. (1958). Heredity, environment, and the question "How?" *Psychological Reviews,* 65, 197-208.

Andersen, S. M., & Berk, M. S. (1998). Transference in everyday experience: Implications of experimental research for relevant clinical phenomena. *Review of General Psychology,* 2,81-120.

Anisman, H., Zaharia, M. D., Meaney, M. J., & Merali, Z. (1998). Do early-life events permanently alter behavioral and hormonal responses to stressors? *International Journal of Developmental Neuroscience,* 16, 149-164.

Aronson, E. (1992). The return of the repressed: Dissonance theory makes a comeback. *Psychological Inquiry,* 3,303-311.

Aronson, E., & Mettee, D. R. (1968). Dishonest behavior as a function of differential levels of induced self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology,* 9, 121-127.

Asendorpf, J. B., & van Aken, M. A. G. (1999). Resilient, overcontrolled, and undercontrolled personality prototypes in childhood: Replicability, predictive power, and the trait-type issue. *Journal of Personality and Social Psychology,* 77, 815-843.

Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1992). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology,* 63, 989-1003.

Atkinson, J. W., & McClelland, D. C. (1948). The projective expression of needs: II. The effect of different intensities of the hunger drive on Thematic Apperceptions. *Journal of Experimental Psychology,* 38, 643-658.

Austin, J. T., & Vancouver, J. B. (1996). Goal constructs in psychology: Structure, process, and content. *Psychological Bulletin,* 120, 338-375.

Ayduk, O., Mendoza-Denton, R., Mischel, W., Downey, G., Peake, P. K., & Rodriguez, M. (2000). Regulating the interpersonal self: Strategic self-regulation for coping with rejection sensitivity. *Journal of Personality and Social Psychology,* 79, 776-792.

Balay, J., & Shevrin, H. (1988). SPA is subliminal, but is it psychodynamically activating? *American Psychologist,* 44, 1423-1426.

Baldwin, M. W. (1992). Relational schemes and the processing of social information. *Psychological Bulletin,* 112, 461-484.

Baldwin, M. W., Fehr, B., Keedian, E., Seidel, M., & Thomson, D. W. (1993). An exploration of the relational schemata underlying attachment styles: Self-report and lexical decision approaches. *Personality and Social Psychology Bulletin,* 19, 746-754.

Ball, S. A. (2001). Reconceptualizing personality disorder categories using personality trait dimensions. *Journal of Personality,* 69, 147-154.

Banaji, M. R. (2001, January/February). Ordinary prejudice. *Psychological Science Agenda,* pp. 9-11.

Banaji, M. R., & Crowder, R. G. (1989). The bankruptcy of everyday memory. *American Psychologist,* 44, 1185-1193.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unified theory of behavioral change. *Psychological Review,* 84, 191-215.

Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist,* 37, 122-147.

Bandura, A. (1986). *Social* foundations *of thought and action: A social cognitive theory.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Bandura, A. (1988). Self-efficacy conception of anxiety. *Anxiety Research,* 1, 77-98.

Bandura, A. (1989a). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist,* 44,1175-1184.

Bandura, A. (1989b). Self-regulation of motivation and action through internal standards and goal systems. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 19-85). Hills- dale, NJ: Erlbaum.

Bandura, A. (1990). Self-regulation of motivation through anticipatory and self-reactive mechanisms. *Nebraska Symposium on Motivation,* 38,69-164.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control.* New York: Freeman.

Bandura, A. (1999). Social cognitive theory of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 154-196). New York: Guilford

Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology,* 52, 1-26.

Bandura, A., & Cervone, D. (1983). Self-evaluative and self-efficacy mechanisms governing the motivational effect of goal systems. *Journal of Personality and Social Psychology,* 45, 1017-1028.

Bandura, A., Cioffi, D., Taylor, C. B., & Brouillard, M. E. (1988). Perceived self-efficacy in coping with cognitive stressors and opioid activation. *Journal of Personality and Social Psychology,* 55,479-488.

Bandura, A., & Rosenthal, T. L. (1966). Vicarious classical conditioning as a function of arousal level. *Journal of Personality and Social Psychology,* 3, 54-62.

Bandura, A., Ross, D., & Ross, S. (1963). Vicarious reinforcement and imitative learning. *Journal of Abnormal and Social Psychology,* 67, 601-607.

Bandura, A., & Schunk, D. H. (1981). Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest. *Journal of Personality and Social Psychology,* 41, 586-598.

Bandura, A., & Walters, R. H. (1963). *Adolescent aggression.* New York: Ronald Press.

Bargh, J. A. (1989). Conditional automaticity: Varieties of automatic influence in social perception and cognition. In J. S. Uleman & J. A. Bargh (Eds.), *Unintended thought* (pp. 3-51): New York: Guilford.

Bargh, J. A. (1992). Does subliminality matter to social psychology? In R. F. Bornstein & T. S. Pittrnan (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 236-255). New York: Guilford.

Bargh, J. A. (1997). The automaticity of everyday life. In R. S. Wyer, Jr. (Ed.), *The automaticity of everyday life: Advances in social cognition* (Vol. 10, pp. 1-61). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Bargh, J. A., & Chartrand, T. L. (1999). The unbearable automaticity of being. *American Psychologist,* 54, 462-479.

Bargh, J. A., Chen, M., & Burrows, L. (1996). Automaticity of social behavior: Direct effects of trait construct and stereotype activation on action. *Journal of Personality and Social Psychology,* 71, 230-244.

Bargh, J. A. & Ferguson, M. J. (2000). Beyond behaviorism: On the automaticity of higher mental processes. *Psychological Bulletin,* 126, 925-945.

Bargh, J. A., & Pietromonaco, P. (1982). Automatic information processing and social perception: The influence of trait information presented outside of conscious awareness on impression formation. *Journal of Personality and Social Psychology,* 43, 437-449.

Barlow, D. H. (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *American Psychologist,* 55, 1247-1263.

Baron, R. A. (1987). Outlines of a grand theory. *Contemporary Psychology,* 32,413-415.

Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.

Bateson, P., & Hinde, R. A. (1987). Developmental changes in sensitivity to experience. In M. H. Born stein (Ed.), *Sensitive periods in development* (pp. 19-34). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Baumeister, R. F. (1990). Suicide as escape from self. *Psychological Review*, 97, 90-113.

Baumeister, R. F. (1991). Shirking the self-burden: The psychological unity of some extreme habits. In R. F. Baumeister (Ed.), *Escaping the self:. Alcoholism, spirituality, masochism, and other flights from the burdens of selfhood* (pp. 636-654). New York: Basic Books.

Baumeister, R. F. (1998). The self. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (pp. 680--740). Boston: McGraw-Hill.

Baumeister, R. F. (1999). On the interface between personality and social psychology. In L. A. Pervin &0. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 367-377). New York: Guilford.

Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M. (1998). Ego depletion: Is the active self a limited resource? *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1252-1265.

Baumeister, R. F., Dale, K., & Sommer, K. L. (1998). Freudian defense mechanisms and empirical findings in modern social psychology: Reaction formation, projection, displacement, undoing, isolation, sublimation, and denial. *Journal of Personality*, 66, 1081-1124.

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.

Baumrind, D. (1993). The average expectable environment is not good enough: A response to Scarr. *Child Development*, 64, 1299-1317.

Bechara, A., Damasio, H., Tranel, D., & Damasio, A. (1997). Deciding advantageous before knowin: the advantageous strategy. *Science*, 275, 1293-1295.

Beck, A. T. (1987). Cognitive models of depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 1, 27.

Beck, A. T. (1993). Cognitive therapy: Past, present, and future. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 194-198.

Beck, A. T., & Weishaar, M. (1995). Cognitive therapy. In R. Corsini & D. Wedding (Eds.), *Current psychotherapies* (pp. 229-261). Itasca, IL: Peacock.

Bem, S. L. (1998). *An unconventional family*. New Haven, CT: Yale.

Benjamin, J., Lin, L., Patterson, C., Greenberg, B. D., Murphy, D. L., & Hamer, D. H. (1996). Population and familial association between the D4

dopamine receptor gene and measures of novelty seeking. *Nature Genetics*, 12, 81-84.

Benjamin, L. S. (1993). Dimensional, categorical, or hybrid analyses of personality. *Psychological Inquiry*, 4, 91-95.

Bergman, L. R. (2000). Individual development and adaptation: Theoretical background and overview o the data collection. *Reports from the IDA project, 70.* University of Stockholm, Sweden.

Berlin, B., & Kay, P. (1969). Basic color terms: *Their universality and their evolution*. Berkeley: University of California Press.

Bernstein, E. M., & Putnam, F. W. (1986). Development, reliability and validity of a dissociation scale. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 174, 727-735.

Beutler, L. E. (2000). David and Goliath. *American Psychologist*, 55, 997-1007.

Bindra, D., & Scheier, I. H. (1954). The relation between psychometric and experimental research in psychology. *American Psychologist*, 9, 69-71.

Blatt, S. J., & Bers, S. A. (1993a). Commentary. In Z. V. Segal & S. J. Blatt (Eds.), *The self in emotional distress* (pp. 164-170). New York: Guilford.

Blatt, S. J., & Bers, S. A. (1993b). The sense of self in depression: A psychodynamic perspective. In Z. V. Segal & S. J. Blatt (Eds.), *The self in emotional distress* (pp. 171-210). New York: Guilford.

Blatt, S. J., & Homann, E. (1992). Parent-child interaction in the etiology of dependent and self-critical depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 47-91.

Block, J. (1971). *Lives through time*. Berkeley, CA: Bancroft.

Block, J. (1993). Studying personality the long way. In D. C. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Eds.), *Studying lives through time* (pp. 9-41). Washington, DC: American Psychological Association.

Block, J. (1995). A contrarian view of the five-factor approach to personality description. *Psychological Bulletin*, 117, 187-215.

Block, J., Gjerde, P. F., & Block, J. H. (1991). Personality antecedents of depressive tendencies in 18-year-olds: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60,726-738.

Block, J. H., & Block, J. (1980). The role of ego control and ego resiliency in the organization of behavior. In W. A. Collins (Ed.), *Development of cognitive, affect, and social relations: The Minnesota symposium in child psychology* (pp. 39-101). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Bloom, B. S. (1964). *Stability and change in human characteristics*. New York: Wiley.

Blum, K., Cull, J. G., Braverman, E. R., & Comings, D. E. (1996). Reward deficiency syndrome. *American Scientist*, 84, 132-145.

Boldero, J., & Francis, J. (2000). The relation between self-discrepancies and emotion: The moderating roles of self-guide importance, location relevance, and social self-domain centrality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 38-52.

Boneau, C. A. (1992). Observations on psychology's past and future. *American Psychologist*, 47, 1586-1596. .

Booth, R. J., & Pennebaker, J. W. (2000). Emotions and immunity. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 558-570). New York: Guilford.

Boring, E. G. (1950). *A history of experimental psychology*. New York: Appleton-Century-Crofts.

Borkenau, P., & Ostendorf, F. (1989). Descriptive consistency and social desirability in self- and peer reports. *European Journal of Personality*, 3, 31-45.

Borkenau, , P., Riemann, R., Angleitner, A., & Spinath, F. M. (2001). Genetic and environmental influences on observed personality: Evidence from the German observational study of adult twins. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 655-668.

Bornstein, M. H. (Ed.). (1987). *Sensitive periods in development.* Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Bornstein, M. H. (1989). Sensitive periods in development: Structural characteristics and causal interpretations. *Psychological Bulletin*, 105,179-197.

Bosson, J. K., & Swann, W. B., Jr. (May, 1998). *Explicit and implicit self-esteem and narcissism.* Poster session presented at the 10th Annual Convention of the American Psychological Society, Washington, DC.

Bosson, J. K., Swann, W. B., Jr., & Pennebaker, J. W. (2000). Stalking the perfect measure of implicit self-esteem: The blind men and the elephant revisited? *Journal of Personality and Social Psychology*, 79,631-643.

Bouchard, T. J., Jr., Lykken, D. T., McGue, M., Segal, N. L., & Tellegen, A. (1990). Sources of human psychological differences: The Minnesota study of twins reared apart. *Science*, 250, 223-250.

Bouchard, T. J., Jr., & McGue, M. (1981). Familial studies of intelligence: A review. *Science*, 212, 1055-1059.

Bower, G. H. (1981). Mood and memory. *American Psychologist*, 36, 129-148.

Bowers, K. S. (1992). *The problem of consciousness.* Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association, Washington, DC.

Bowers, K. S., & Woody, E. Z. (1996). Hypnotic amnesia and the paradox of intentional forgetting. *Journal of Abnormal Psychology*, 105, 381-390.

Brady, J. P., & Lind, D. I. (1961). Experimental analysis of hysterical blindness. *Behavior Research and Therapy*, 4,331-339.

Braungart, J. M., Plomin, R., DeFries, J. C., & Fulker, D. W. (1992). Genetic influence on tester-rated infant temperament as assessed by Bayley's Infant Behavior Record: Nonadoptive and adoptive siblings and twins. *Developmental Psychology*, 28, 40-47.

Brehm, S. S. (1992). *Intimate relationships.* New York: McGraw-Hill.

Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28, 759-775.

Briggs, S. R. (1989). The optimal level of measurement for personality constructs. In D. M. Buss & N. Cantor (Eds.), *Personality psychology*: Recent trends and emerging direction (pp. 246-260). New York: Springer-Verlag.

Brown, J. D., & McGill, K. L. (1989). The cost of good fortune: When positive life events produce negative health consequences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1103-1110.

Bruner, J. S. (1956). You are your constructs. Contemporary Psychology, 1,355-356.

Bruner, J. S. (1992). Another look at New Look 1. *American Psychologist*, 47,780-783.

Bruner, J. S., & Goodman, C. C. (1947). Value and need as organizing factors in perception. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 42, 33-44.

Burnham, T., & Phelan, J. (2000). *Mean genes*. Cambridge, MA: Perseus.

Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: Freeman.

Buss, A. H., & Plomin, R. (1975). *A temperament theory of personality development*. New York: Wiley Interscience.

Buss, A. H., & Plomin, R. (1984). *Temperament: Early developing personality traits*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Buss, D. M. (1989). Sex differences in human mate preferences: Evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioral and Brain Sciences*, 12, 1-49.

Buss, D. M. (1991). Evolutionary personality psychology. *Annual Review of Psychology*, 42,459-492.

Buss, D. M. (1995). Evolutionary psychology: A new paradigm for psychological science. *Psychological Inquiry*, 6, 1-30.

Buss, D. M. (1999). Human nature and individual differences: The evolution of human personality. In L. A. Pervin, O. P. & John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and Research* (pp. 31-56). New York: Guilford.

Buss, D. M., Block, J. H., & Block, J. (1980). Preschool activity level: Personality correlates and developmental implications. *Child Development*, 51, 401-408.

Buss, D. M., Larsen, R. J., Westen, D., & Semmelroth, J. (1992). Sex differences in jealousy: Evolution, physiology and psychology. *Psychological Science*. 3,251-255.

Butterworth, G. (1992). Origins of self-perception in infancy. *Psychological Inquiry*, 3, 103-111.

Buunk, B. P., Angleitner, A., Oubaid, V., & Buss, D. M. (1996). Sex differences in jealousy in evolutionary and cultural perspective. *Psychological Science*, 7, 359-363.

Cacioppo, J. T., Berntson, G. G., Larsen, J. T., Poehlrnann, K. M., & Ito, T. A. (2000). The psychophysiology of emotion. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 173-191).New York: Guilford.

Cacioppo, J. T., Berntson, G. G., Sheridan, J. F., & McClintock, M. K. (2000). Multilevel integrative analyses of human behavior: Social neuroscience and the complementing nature of social and biological approaches. *Psychological Bulletin*, 126, 829-843.

Campbell, D. T. (1957). A typology of projective tests and otherwise. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 207-210.

Campbell, D. T., & Fiske, D. W. (1959). Convergent and discriminant validation by the multitrait-multimethod matrix. *Psychological Bulletin*, 56, 81-105.

Canli, T., Zhao, Z., Desmond, J. E., Kang, E., Gross, J., & Gabrieli, J. D. E. (2001). An *f*MRI study of personality influences on brain reactivity to emotional stimuli. *Behavioral Neuroscience*, 115, 33-42.

Cantor, N. (1990a). From thought to behavior: "Having" and "doing" in the study of personality and cognition. *American Psychologist*, 45, 735-750.

Cantor, N. (1990b). Social psychology and sociobiology: What can we leave to evolution? *Motivation and Emotion*, 14,242-254.

Cantor, N. (1994). Life task problem solving: Situational affordances and personal needs. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 235-243.

Cantor, N., & Kihlstrom, J. F. (1987). *Personality and social intelligence.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Cantor, N., & Kihlstrom, J. F. (1989). Social intelligence and cognitive assessments of personality. *Advances in Social Cognition,* 2, 1-59.

Cantor, N., & Langston, C. A. (1989). "Ups and downs" of life tasks in a life transition. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 127-167). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Cantor, N., & Zirkel, S. (1990). Personality, cognition, and purposive behavior. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 135-164). New York: Guilford.

Caprara, G. V ., & Cervone, D. (2000). *Personality: Determinants, dynamics, and potentials*. New York: Cambridge University Press.

Carnelley, K. B., Pietromonaco, P. R., & Jaffe, K. (1994). Depression, working models of others, and relationships functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 127-140.

Carson, R. C. (1969). *Interaction concepts of personality*. Chicago: Aldine.

Carson, R. C. (1991). The social-interactional viewpoint. In M. Hersen, A. E. Kazdin, & A. S. Bellack (Eds.), *The clinical psychology handbook* (pp. 185-199). Elmsford, NY: Pergamon.

Carver, C. S., Pozo. C., Harris, S. D., Noriega, V., Scheier, M. F., Robinson, D. S., Ketcham, A. S., Moffat, F. L., & Clark, K. C. (1993). How coping mediates the effect of optimism on distress: A study of women with early

,stage breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 375-390.

Carver, C. S., Lawrence, I. W., & Scheier, M. F. (1999). Self-discrepancies and affect: Incorporating the role of feared selves. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 783-792.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1981). *Attention and self-regulation: A control theory approach to human behavior*. New York: Springer-Verlag.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1990). Origins and functions of positive and negative affect: A control-process view. *Psychological Review*, 97, 19-35.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge university Press.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1999). Stress, coping, and self-regulatory processes. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Personality: Theory and research* (pp. 553-575). New York: Guilford.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2000). *Perspectives on personality*. Boston: Allyn & Bacon.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (in press). Optimism. In C. R. Snyder (Ed.), *Coping: The psychology of what works*. New York: Oxford University Press.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, I. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.

Carver, C. S.. Sutton, S. K., & Scheier, M. F. (2000). Action, emotion. and personality: Emerging conceptual integration. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 741-751.

Carver, C. S, & White. T. L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation. and affective responses to impending reward and punishment: The BIS/BAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 319-333.

Caspi, A. (1998). Personality development across the life course. In W. Damon (Ed.), *Handbook of child psychology* (Vol. 3, pp. 311-388). New York: Wiley.

Caspi, A. (2000). The child is father of the man: Personality correlates from childhood to adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 158-172.

Caspi, A., & Roberts, B. (1999). Personality change and continuity across the life course. In L. A. Pervin & O. P. Iohn (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 300-326). New York: Guilford.

Caspi, A., & Roberts, B. (2001). Personality development across the life Course: The argument for change and continuity. *Psychological Inquiry,* 12, 49-66.

Caspi, A., & Silva, P. A. (1995). Temperamental qualities at age 3 predict personality traits in young adulthood: Longitudinal evidence from a birth cohort. *Child Development*, 66, 486-498.

Cattell, R. B. (1943). The description of personality: Basic traits resolved into clusters. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 38, 476-506.

Cattell, R. B. (1945). The principal trait clusters for describing personality. Psychological Bulletin, 42, 129-161.

Cattell, R. B. (1956). Validation and interpretation of the 16 P.F. questionnaire. *Journal of Clinical Psychology*, 12, 205-214.

Cattell, R. B. (1965). *The scientific analysis of personality.* Baltimore: Penguin.

Cat tell, R. B., & Eber, H. W. (1962). *Handbook for the Sixteen P.F. Test.* Champaign, IL: IPAT.

Cervone, D., Shadel, W. G., & Jencius, S. (2001). Social-cognitive theory of personality assessment. *Personality and Social Psychology Review*, 5, 33-51.

Chambless, D. L., & Gillis, M. M. (1993). Cognitive therapy of anxiety disorders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 248-260.

Chambless, D. L. & Ollendick, T. H. (2001). Empirically supported psychological interventions: Controversies and evidence. *Annual Review of Psychology*, 52, 685-716.

Champagne, B., & Pervin, L. A. (1987). The relation of perceived situation similarity to perceived behavior similarity: Implications for social learning theory .*European Journal of Personality*, 1, 79-92.

Chen, M., & Bargh, I. A. (1999). Consequences of automatic evaluation: Immediate behavioral predispositions to approach or avoid the stimulus. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 215-224.

Chen, C., Lee, S., & Stevenson, H. W. (1995). Response style and cross-cultural comparisons of rating scales among East Asian and North American students. *Psychological Science* 6, 170--175.

Cheung, R. M., Leung,. K., Fan, R. M., Song, W. Z., Zhang, J. X., & Zhang, J. P. (1996). Development of the Chinese Personality Assessment Inventory .*Journal of Cross-Cultural Psychology*, 27, 181-199.

Chiu, C., Hong, Y., & Dweck, C. S. (1997). Lay dispositionism and implicit theories of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*; 73, 19-30.

Christianson, S. A. (1992). Emotional stress and eyewitness memory: A critical review. *Psychological Bulletin*, 112, 284-309.

Church, A. T. (2000). Culture and personality: Toward an integrated cultural trait psychology. *Journal of Personality*, 68,651-703.

Church, A. T. (2001). Personality measurement in cross-cultural perspective. *Journal of Personality*, 69, 955-978.

Church, M. A., Elliot, A.J., & Gable, S. L. (2001). Perceptions of classroom environment, achievement goals, and achievement outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 93, 43-54.

Ciarrochi, J., Forgas, J. P., & Mayer, J. D. (Eds.). (2001). *Emotional intelligence in everyday life*. Philadelphia: Taylor & Francis.

Clark, D. A., Beck, A. T., & Brown, G. (1989). Cognitive mediation in general psychiatric outpatients: A test of the content-specificity hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 958-964.

Clark, L. A. (1993). Personality disorder diagnosis: Limitations of the five-factor model. *Psychological Inquiry*, 4, 100-104. .

Clark, L. A., Vorhies, L., & McEwen, J. L. (1994). Personality disorder symptomatology from the five- factor model perspective. In P. T. Costa, Jr., & T. A. Widiger (Eds.), *Personality disorders and the five-factor model of personality* (pp. 95-116). Washington, DC: American Psychological Association.

Clark, L. A., & Watson, D. (1991). General affective dispositions in physical and psychological health. In C. R. Snyder & D. R. Forsyth (Eds.), *Handbook of social and clinical psychology* (pp. 221-245). Elmsford, NY: Pergamon.

Clark, L. A., & Watson, D. (1999). Temperament: A new paradigm for trait psychology. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 399-423). New York: Guilford.

Cloninger, C. R. (1986). A unified biosocial theory of personality and its role in the development of anxiety states. *Psychiatric Developments*, 3, 167-226.

Cloninger, C. R. (1987). A systematic method for clinical description and classification of personality. *Archives of General Psychiatry*, 44, 573-588.

Cloninger, C. R., Svrakic, D. M., & Pryzbeck,T. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry*, 50, 975-990.

Coan, R. W. (1966). Child personality and developmental psychology. In R. B. Cat tell (Ed.), *Handbook of multivariate experimental psychology* (pp. 732-752). Chicago: Rand McNally.

Coats, E. J., Janoff-Bulman, R., & Alpert, N. (1996). Approach versus avoidance goals: Differences in self-evaluation and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 1057-1067.

Cofer, C. N. (1981). The history of the concept of motivation. Journal of the History of the Behavioral *Sciences*, 17,48-53.

Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.

Collins, W. A., Maccoby, E. E. , Steinberg, L., Hetherington, E. M., & Bornstein, M. H. (2000). Contemporary research on parenting: The case for nature and nurture. *American Psychologist*, 55, 218-232.

Colvin, C. R., & Block, J. (1994). Do positive illusions foster mental health? An examination of the Taylor and Brown formulation. *Psychological Bulletin*, 116, 3-20.

Contrada, R. J., Cather, C., & O'Leary, A. (1999). Personality and health: Dispositions and processes in disease susceptibility and adaptation to illness. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 576-604). New York: Guilford.

Cooley, C. H. (1902). *Human nature and the social order.* New York: Scribner.

Cooper, S. H. (1993). The self construct in psychoanalytic theory: A comparative view. In Z. Segal & S. J. Blatt (Eds.), *The self in emotional distress* (pp. 41-67). New York: Guilford.

Corbitt, E. M. (1994). Narcissism from the perspective of the five-factor model. In P. T. Costa, Jr. & T. A. Widiger (Eds.), *Personality disorders and the five-factor model of personality* (pp. 199-203). Washington, DC: American Psychological Association.

Corteen, R. S., & Wood, B. (1979). Autonomic responses to shock-associated words in an unattended channel. *Journal of Experimental Psychology*, 94,308-313.

Cosmides, L., & Tooby, J. (2000). Evolutionary psychology and the emotions. In M. Lewis & J.M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 91-115). New York: Guilford.

Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1985). *The NEO Personality Inventory manual.* Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1987). Neuroticism, somatic complaints, and disease: Is the bark worse than the bite? *Journal of Personality*, 55,299-316.

Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1988). From catalog to classification: Murray's needs and the five-factor model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 258-265.

Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1992). NEO-PI-R, *Professional manual.* Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1994). "Set like plaster?" Evidence for the stability of adult personality. In T. Heatherton & J. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 21-40). Washington, DC: American Psychological Association.

Costa, P. T., Jr., & Widiger, T. A. (Eds.). (1994). *Personality disorders and the five-factor model of personality.* Washington, DC: American Psychological Association.

Costa, P. T., Jr., & Widiger, T. A. (Eds.). (2002). *Personality disorders and the five-factor model of personality.* Washington, DC: American Psychological Association.

Cousins, N. (1979). *Anatomy of an illness.* New York: Norton. .

Coyne, J. C., & Gottlieb, B. H. (1996). The mismeasure of coping by checklist. *Journal of Personality*, 64,959-991.

Craik, F. I. M., Moroz, T. M. N., Moscovitch, M., Stuss, D. T., Winocur, G., Tulving, E., & Kapur, S. (1999). In search of the self: A positron emission tomography study. *Psychological Science*, 10, 26-34.

Craik, K. H. (1986). Personality research methods: An historical perspective. *Journal of Personality*, 54, 18-50.

Cramer, P. (2000). Defense mechanisms in psychology today. American Psychologist, 55,637-646.

Cramer, P., & Davidson, K. (Eds.) (1998). Defense mechanisms in contemporary personality research [Special issue]. *Journal of Personality*, 66.

Crits-Christoph, P. (1992). The efficacy of brief dynamic psychotherapy: A meta-analysis. *American Journal of Psychiatry*, 149, 151-158.

Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review*, 108,593-623.

Cronbach, L. J. (1957). The two disciplines of scientific psychology. *American Psychologist*, 12,671-684.

Cronbach, L. J., & Meehl, P. E. (1955). Construct validity in psychological tests. *Psychological Bulletin*, 52, 281-302.

Cross, S. E., & Markus, H. R. (1990). The willful self. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 16, 726-742.

Cross, S. E., & Markus, H. R. (1999). The cultural constitution of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 378-398). New York: Guilford.

Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Dabbs, J. M., Jr. (2000). Heroes, rogues, and lovers: Outcroppings of testosterone. New York: McGraw- Hill.

Dabbs, J. M., Jr., & Bernieri, F. J. (2001). Going on stage: Testosterone in greetings and meetings. *Journal of Research in Personality*, 35, 27-40.

Damarin, F. L., & Cattell, R. B. (1968). Personality factors in early childhood and their relation to intelligence. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 33, 1-95.

Damasio, A. R. (1994). *Descartes' error*. New York: Avon.

Damasio, A. R. (1999). *The feeling of what happens: Body and emotion in the making of consciousness*. New York: Harcourt Brace.

Damon, W., & Hart, D. (1988). Self-*understanding in childhood and adolescence.* Cambridge, England: Cambridge University Press.

Daniels, D., & Plomin, R. (1985). Differential experiences of siblings in the same family. *Developmental Psychology*, 21,747-760.

Danner, D. D., Snowdon, D. A., & Friesen, W. V. (2001). Positive emotions in early life and longevity: Findings from the nun study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80,804-813.

Darwin, C. (1859). *The origin of the species*. London: Murray.

Dashiell, J. F. (1939). Some rapprochements in contemporary psychology. *Psychological Bulletin*, 36, 1-24.

Davidson, R. J. (1992). Emotion and affective style: Hemispheric substrates. *Psychological Science*, 3, 39-43.

Davidson, R. J. (1998). Affective style and affective disorders: Perspectives from affective neuroscience. *Cognition and Emotion*, 12, 307-330.

Davidson, R. J. (1999). Biological bases of personality. In V. J. Derlega, B. A. Winstead, & W. H. Jones (Eds.), *Personality: Contemporary theory and research* (pp. 101-125). Chicago: Nelson-Hall.

Davidson, R. J. (2000). Affective style, psychopathology, and resilience: Brain mechanisms and plasticity. *American Psychologist*, 55,1196-1214.

Davidson, R. J., Abercrombie, H. C., Nitschke, J., & Putnam, K. (1999). *Current Opinion in Neurobiology*, 9, 228-234.

Davidson, R. J., Jackson, D. C., & Kalin, N. H. (2000). Emotion, plasticity, context, and regulation: Perspectives from affective neuroscience. *Psychological Bulletin*, 126, 890-909.

Davidson, R. J., Pizzagalli, D., Nitshcke, J. B., & Putnam, K. (2002). Depression: Perspectives from affective neuroscience. *Annual Review of Psychology*, 53,545-574.

Davidson, R. J., Putnam, K. M., & Larson, C. L. (2000). Dysfunction in the neural circuitry of emotion regulation-A possible prelude to violence. *Science*, 289,591-594.

Davidson, R. J., Scherer, K. R., & Goldsmith, H. H. (Eds.). (2002). *Handbook of affective sciences.* New York: Oxford University Press.

Davis, G. D., & Millon, T. (1993). The five-factor model for .personality disorders: Apt or misguided? *Psychological Inquiry*, 4, 104-109.

Davis, P. J., & Schwartz, G. E. (1987). Repression and the inaccessibility of affective memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 155-162.

Davison, G. C., & Neale, J. M. (1994). *Abnormal psychology: An experimental clinical approach.* New York: Wiley.

Dean, K. E., & Malamuth, N. M. (1997). Characteristics of men who aggress sexually and of men who imagine aggressing: Risk and moderating variables. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 449-455.

DeAngelis, T. (1993, November). APA panel is examining memories of child abuse. *American Psychological Association Monitor*, p.44.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.

Degler, C. (1991). *In search of human nature.* New York: Oxford University Press.

DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.

Depue, R. A. (1996). A neurobiological framework for the structure of personality and emotion: Implications for personality disorders. In J. Clarkin & M. Lenzenweger (Eds.), *Major theories of personality disorders* (pp. 347-390). New York: Guilford.

Depue, R. A., & Collins, P. F. (1999). Neurobiology of the structure of personality: Dopamine, facilitation of incentive motivation, and extraversion. *Behavioral and Brain Sciences*, 22, 212-232.

Diener, C. I., & Dweck, C. S. (1978). An analysis of learned helplessness: Continuous changes in performance, strategy and achievement cognitions following failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 451-462.

Diener, C. I., & Dweck, C. S. (1980). An analysis of learned helplessness: The processing of success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 940-952.

Diener, E. (2000). Subjective well-being. *American Psychologist*, 55, 34-43.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.

Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), Well-being: *The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). New York: Russell Sage Foundation.

Dienstbier, R. (Ed.). (1990). *Nebraska symposium on motivation*. Lincoln: University of Nebraska Press.

Diven, K. (1937). Certain determinants in the conditioning of anxiety reactions. *Journal of Psychology*, 3, 291-308.

Dodge, K. A. (1993). Social-cognitive mechanisms in the development of conduct disorder and depression. *Annual Review of Psychology*, 44, 559-584.

Dodge, K.. A. (2000). Conduct disorder. In A. Sameroff, M. Lewis, & S. M. Miller (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology* (pp. 447-463). New York: Guilford.

Dollard, J., & Miller, N. E. (1950). *Personality and psychotherapy*. New York: McGraw-Hill. Don't sell thick diapers in Tokyo. *New York Times*, October 3, 1993, p. D9.

Doucet, C., & Stelmack, R. M. (2000). An event-related potential analysis of extraversion and individual differences in cognitive processing speed and response execution. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 956-964.

Duncan, J., Seitz, R. I., & Kolodny, J. (2000). A neural basis for general intelligence. *Science*, 289, 457-460.

Dunn, J., & Plomin, R. (1990). *Separate lives: Why siblings are so different.* New York: Basic Books.

Dweck, C. S. (1999). *Self-theories: Their role in motivation, personality, and development.* Philadelphia: Psychology Press/Traylor & Francis.

Eagle, M. N. (1987). The psychoanalytic and the cognitive unconscious. In R. Stern (Ed.), *Theories of the unconscious and theories of the self* (pp. 155-189). Hillsdale, NI: Erlbaum.

Eagle, M. N., Wolitzky, D. L., & Klein, G. S. (1966). Imagery: Effect of a concealed figure in a stimulus. *Science*, 18,837-839.

Eagly, A. H., & Wood, W. (1999). The origins of sex differences in human behavior. *American Psychologist*, 54, 408-423.

Eaves, L. I., Eysenck, H. J., & Martin, N. G. (1989). *Genes, culture and personality: An empirical approach.* San Diego, CA: Academic.

Ebstein, R. P., Novick, O., Umansky, R., Priel, B., Osher, Y., Blaine, D., Bennett, E., Newmanov, L., Katz, M., & Belmaker, R. (1996). Dopamine D4 receptor (D4DR) exon III polymorphism associated with the human personality trait of Novelty Seeking. *Nature Genetics*, 12, 78-80.

Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2002). Motivational beliefs, values, and goals. *Annual Review of Psychology*, 53, 109-132.

Ekman, P. (1973). Cross-cultural studies of facial expression. In P. Ekman (Ed.), *Darwin and facial expression* (pp. 169-222). New York: Academic.

Ekman, P. (1992a). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6, 169-200.

Ekman, P. (1993). Facial expression and emotion. *American Psychologist*, 48, 384-392.

Ekman, P. (1994). Strong evidence for universals in facial expressions: A reply to Russell's mistaken critique. *Psychological Bulletin*, 115, 268-287.

Ekman, P., Friesen, W. V., O'Sullivan, M., Chan, A., Diacoyanni-Tarlatzis, I., Heider, K., Krause, R., Le Compte, W. A., Pitcairn, T., Ricci-Bitti, P. E., Scherer, K., Tomita, M., & Tzavaras, A. (1987). Universal and cultural differences in the judgment of facial expressions of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 712-717.

Elder, G. H., Jr. (1974). *Children of the Great Depression*. Chicago: University of Chicago Press.

Elder, G. H., Jr. (1979). Historical change in life patterns and personality. In P. B. Baltes & O. G. Brim, Jr. (Eds.), *Life-span development and behavior* (pp. 117-159). New York: Academic.

Elder, G. H., Jr., & Caspi, A. (1988). Economic stress: Developmental perspectives. *Journal of Social Issues*, 44, 25-45.

Elkin, I., Shea, M. T., Watkins, J. T., Imber, S. D., Sotsky, S. M., Collins, J. F., Glass, D. R., Pilkonis, P. A., Leber, W. R., Docherty, J. P., Fiester, S. I., & Parloff, M. B. (1989). NIMH treatment of depression collaborative research program: I. General effectiveness of treatments. *Archives of General Psychiatry*, 46, 971-983.

Ellenberger, H. F. (1970). *The discovery of the unconscious*. New York: Basic Books.

Elliot, A. J. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational Psychologist*, 34, 169-189.

Elliot, A. J., Chirkov, V. I., & Kim, Y., & Sheldon, K. M. (2001). A cross-cultural analysis of avoidance personal goals. *Psychological Science*, 12, 505-510.

Elliot, A. J., & Church, M.A. (1997). A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 218-232.

Elliot, A. I., & Covington, M. V. (2001). Approach and avoidance motivation. *Educational Psychology Review*, 13,73-92.

Elliot, A. J., & Devine, P. G. (1994). On the motivational nature of cognitive dissonance: Dissonance as psychological discomfort. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 382-394.

Elliot, A. J., & Harackiewicz, I. M. (1996). Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivation: A mediational analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 461-475.

Elliot, A. J., & McGregor, H. A. (2001). A 2 X 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80,501-519.

Elliot, A. J., & Sheldon, K. M. (1997). Avoidance achievement motivation: A personal goals analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 171-185.

Elliot, E. S., & Dweck, C. S. (1988). Goals: An approach to motivation and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 5-12.

Ellis, A., & Harper, R. A. (1975). *A new guide to rational living*. North Hollywood, CA: Wilshire.

Emmons, R. (1999). *The psychology of ultimate concerns*. New York: Guilford.

Emmons, R. A. (1986). Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51,1058-1068.

Emmons, R. A. (1987). Narcissism: Theory and measurement. Journal *of Personality and Social Psychology*, 52,11-17.

Emmons, R. A. (1989a). Exploring the relationship between motives and traits: The case of narcissism. In D. M. Buss & N. Cantor (Eds.), *Personality*

psychology: Recent trends and emerging directions (pp. 32-44). New York: Springer-Verlag.

Emmons, R. A. (1989b). The personal striving approach to personality. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 87-126). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Emmons, R. A. (1997). Motives and life goals. In R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 485-512). New York: Academic Press.

Emmons, R. A., & Diener, E. (1986). A goal-affect analysis of everyday situational choices. *Journal of Research in Personality*, 20, 309-326.

Emmons, R. A., & King, L. A. (1988). Conflict among personal strivings: Immediate and long-term implications for psychological and physical well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1040-1048.

Emmons, R. A., King, L. A., & Sheldon, K. (1993). Goal conflict and the self-regulation of action. In D. W. Wegner & J. W. Pennebaker (Eds.), *Handbook of mental control* (pp. 528-551). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Epstein, S. (1973). The self-concept revisited, or a theory of a theory. *American Psychologist*, 28, 404-416.

Epstein, S. (1983). A research paradigm for the study of personality and emotions. In M. M. Page (Ed.), *Personality: Current theory and research* (pp. 91-154). Lincoln: University of Nebraska Press.

Epstein, S. (1990). Cognitive-experimental self-theory. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 165-192). New York: Guilford.

Epstein, S. (1992). The cognitive self, the psychoanalytic self, and the forgotten selves. *Psychological Inquiry*, 3, 34-37.

Erdelyi, M. H. (1985). *Psychoanalysis: Freud's cognitive psychology*. New York: Freeman.

Erdelyi, M. H. (2001). Defense processes can be conscious or unconscious. *American Psychologist*, 56, 761-762.

Ericsson, K. A., & Simon, H. A. (1980). Verbal reports as data. *Psychological Review*, 87, 215-251.

Ericsson, K. A., & Simon, H. A. (1993). *Protocol analysis: Verbal reports as data*. Cambridge, MA: MIT Press.

Exner, J. E., Jr. (1993). *The Rorschach: A comprehensive system*. New York: Wiley.

Eysenck, H. I. (1970). *The structure of human personality*. London: Methuen.

Eysenck, H. J. (1977). Personality and factor analysis: A reply to Guilford. *Psychological Bulletin*, 84, 405-411.

Eysenck, H. J. (1979). The conditioning model of neurosis. *Behavioral and Brain Sciences*, 2, 155-199.

Eysenck, H. J. (1990). Biological dimensions of personality. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 244-276). New York: Guilford.

Eysenck, H. I. (1992). Four ways five factors are not basic. *Personality and Individual Differences*, 13, 667-673.

Eysenck, H. J. (1993). Creativity and personality: Suggestions for a theory. *Psychological Inquiry*, 4, 147-178.

Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1975). *Manual of the Eysenck Personality Questionnaire*. London: Hodder & Stoughton.

Eysenck, H. J., & Martin, I. (Eds.). (1987). *Theoretical foundations of behavior therapy*. New York: Plenum.

Eysenck, S. B. G., Eysenck, H. J., & Barrett, P. (1985). A revised version of the psychoticism scale. *Personality and Individual Differences*, 6, 21-29.

Feather, N. T. (Ed.). (1982). *Expectations and actions: Expectancy-value models in psychology*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. Journal *of Personality and Social Psychology*, 58,281-291.

Feinberg, T. (2001). *Altered egos: How the brain creates the self.* New York: Oxford

Fenichel, O. (1945). *The psychoanalytic theory of neurosis.* New York: Norton.

Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3,522-527.

Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance.* Evanston, IL: Row, Peterson.

Fisher, C. (1956). Dreams, images, and perception: A study of unconscious-preconscious relationships. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 4, 5-48.

Fisher, C. (1960). Subliminal and supraliminal influences on dreams. *American Journal of Psychiatry*, 116, 1009-1017.

Fisher, C. (1965). Psychoanalytic implications of recent research on sleep and dreaming. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 13, 197-303.

Fleeson, W. (2001). Toward a Structure- and process-integrated view of personality: Traits as density distributions of states. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 1011-1027.

Fleming, J. H., & Rudman, L. A. (1993). Between a rock and a hard place: Self-concept regulating and communicative properties of distancing behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64,44-59.

Flink, C., Boggiano, A. K., & Barrett, M. (1990). Controlling teaching strategies: Undermining children's self-determination and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59,916-924.

Flynn, J. R. (1998). IQ gains over time: Toward finding the causes. In U. Neisser (Ed.), *The rising curve: Long-term gains in IQ and related measures* (pp. 25-66). Washington, DC: American Psychological Association.

Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Omen, R. (1986). The dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 992-1003.

Fong, G. T., & Markus, H. (1982). Self-schemas and judgments about others. *Social Cognition*, 1 , 191-204.

Ford, M. E. (1992). *Motivating humans*. Newbury Park, CA: Sage.

Forer, B. R. (1949). The fallacy of personal validation: A classroom demonstration of gullibility. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 44, 118-123.

Frank, J. D., & Frank, J. B. (1991). *Persuasion and healing* (3rd ed.). Baltimore: Johns Hopkins University Press.

Frederickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218-226.

Frese, M., & Sabini, J. (Eds.). (1985). *Goal directed behavior: The concept of action in psychology*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Freud, S. (1924). *A general introduction to psychoanalysis*. New York: Permabooks (Boni & Liveright Edition).

Funder, D. C. (1993). Judgments of personality and personality itself. In K. H. Craik, R. Hogan, & R. N. Wolfe (Eds.), *Fifty years of personality psychology* (pp. 207-214). New York: Plenum.

Funder, D. C. (2001). Personality. *Annual Review of Psychology*, 52, 197-221.

Funder, D. C., & Block, J. (1989). The role of ego-control, ego-resiliency, and IQ in delay of gratification in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1041-1050.

Funder, D. C., & Colvin, C. R. (1988). Friends and strangers: Acquaintanceship, agreement, and the accuracy of personality judgment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 149-158.

Funder, D. C., & Colvin, C. R. (1991). Explorations in behavioral consistency: Properties of persons, situations, and behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 773-794.

Funder, D. C., & Dobroth, K. M. (1987). Differences between traits: Properties associated with interjudge agreement. *Journal of Personality*, 54, 528-550.

Funder, D. C., Kolar, D. C., & Blackman, M. C. (1995). Agreement among judges of personality: Interpersonal relations, similarity, and acquaintanceship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 656-672.

Funder, D. C., Parke, R. D., Tomlinson-Keasey, C. A., & Widaman, K. (Eds.). (1993). *Studying lives through time: Personality and development*. Washington, DC: American Psychological Association.

Gable, S. L., Reis, H. T., & Elliot, A. J. (2000). Behavioral activation and inhibition in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78,1135-1149.

Gabrieli, J. D. (2001). Different dispositions, different brains. *APA Monitor, February*, p. 67.

Gallup, G. G., Jr. (1970). Chimpanzees: Self-recognition. *Science*, 167, 86-87.

Galton, F. (1869). *Hereditary genius*. London: Macmillan.

Galton, F. (1883). *Inquiries into human faculty and its development*. London: Macmillan.

Garmezy, N. (1993). Vulnerability and resilience. In D. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Eds.), *Studying lives through time* (pp. 377-398). Washington, DC: American Psychological Association.

Gemar, M. N. C., Segal, Z. V., Sagrati, S., & Kennedy, S. J. (2000). *Contributions of efforful and automatic measures of cognition to a risk marker for*

depressive relapse/recurrence: The Implicit Association Test in depression. Manuscript submitted for publication.

Giesler, R. B., Josephs, R. A., & Swann, W. B., Jr. (1996). Self-verification in clinical depression: The desire for negative evaluation. *Journal of Abnormal Psychology*, 105,358-368,

Glassman, N. S., & Andersen, S. M. (1999). Activating transference without consciousness: Using significant-other representations to go beyond what is subliminally given. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1146-1162.

Goldberg, L. R. (1981). Language and individual differences: The search for universals in personality lexicons. In L. Wheeler (Ed.), *Review of personality and social psychology* (pp. 141-165). Beverly Hills, CA: Sage.

Goldberg, L. R. (1990). An alternative "description of personality": The big-five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1216-1229.

Goldberg, L. R. (1993). The structure of phenotypic personality traits. *American Psychologist*, 48,26-34.

Goldberg, L. R. (2001). Analyses of Digman's child-personality data: Derivation of Big-Five factor scores from each of six samples. *Journal of Personality*, 69, 709-743.

Goldsmith, T. H. (1991). *The biological roots of human nature.* New York: Oxford University Press.

Gollwitzer, P. M., & Bargh, J. A. (Eds.). (1996). *The psychology of action.* New York: Guilford.

Gosling, S. D. (2001). From mice to men: What can we learn about personality from animal research? *Psychological Bulletin*, 127,45-86.

Gosling, S. D., & John, O. P. (1999). Personality dimensions in nonhuman animals: A cross-species review. *Current Directions in Psychological Science*, 8, 69-75.

Gough, H. G. (1987). *Administrator's guide to the California Psychological Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Gould, E., Reeves, A. J., Graziano, M. S. A., & Gross, C. G. (1999). Neurogenesis in the neocortex of adult primates. *Science*, 286, 548-552.

Gray, J. A. (1987). *The psychology of fear and stress*. Cambridge, England: Cambridge University Press.

Greenberg, J. R., & Mitchell, S. A. (1983). *Object relations in psychoanalytic theory*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Greenberg, M. A., Wortman, C. B., & Stone, A. A. (1996). Emotional expression and physical health: Revising traumatic memories or fostering self-regulation? *Journal of Personality and Social Psychology*, 71,588-602.

Greenwald, A. G. (1992). Unconscious cognition reclaimed. *American Psychologist*, 47, 766-779.

Greenwald, A. G., & Banaji, M. R. (1995). Implicit social cognition: Attitudes, self-esteem, and stereotypes. *Psychological Review*, 102, 4-27.

Greenwald, A. G., & Farnham, S. D. (2000). Using the implicit association test to measure self-esteem and self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 1022-1038.

Greenwald, A. G., & Pratkanis, A. R. (1984). The self. In R. G. Wyer & T. K. Srull (Eds.), *Handbook of social cognition*. (Vol. 3, pp. 129-178). Hillsdale, NI: Erlbaum.

Greenwald, A. G., Spangenberg, E. R., Pratkanis, A. R., & Eskenazi, I. (1991). Double blind tests of subliminal self-help audiotapes. *Psychological Science*, 2, 119-122.

Grinker, R. R., & Spiegel, I. P. (1945). *Men under stress*. Philadelphia: Bakiston.

Gross, I. L. (1999). Emotion and emotion regulation. In L.A. Pervin & O. P. Iohn (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 525-552). New York: Guilford.

Gross, J. J., & John, O. P. (1997). Revealing feelings: Facets of emotional expressivity in self-reports, peer ratings, and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 170-191.

Grove, W. M., & Meehl, P. E. (1996). Comparative efficiency of informal (subjective, impressionistic) and formal (mechanical, algorithmic) prediction procedures: The clinical-statistical controversy. *Psychology, Public Policy, and Law*, 2, 293-323.

Guarnaccia, P. I. I. (1997). A cross-cultural perspective on anxiety disorders. In S. Friedman (Ed.), *Cultural issues in the treatment of anxiety* (pp. 3-20). New York: Guilford.

Guilford, I. P. (1975). Factors and factors of personality. *Psychological Bulletin*, 82,802-814.

Guthrie, E. R. (1935). *The psychology of learning* (2nd ed.). New York: Harper.

Guthrie, E. R. (1952). *The psychology of learning*. New York: Harper.

Gynther, M. D. (1972). White norms and black MMPIs: A prescription for discrimination? *Psychological Bulletin*, 78, 386-402.

Gynther, M. D., & Green, S. B. (1980). Accuracy may make a difference, and does difference make for accuracy? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 268-272.

Hall, C. S., & Lindzey, G. (1957). *Theories of personality*. New York: Wiley.

Hamer, D. (1997). The search for personality genes: Adventures of a molecular biologist. *Current Directions in Psychological Science*, 6, 111-114.

Hardin. C., & Banaji, M. R. (1993). The influence of language on thought. *Social Cognition*. 11, 277-308.

Harkness, S., & Super, C. M. (2000). Culture and psychopathology. In A. J. Sameroff. M. Lewis. & S. M. Miller (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology* (pp. 197-216). New York: Guilford.

Harlow, H. F. (1953). Mice, monkeys, men and motive. *Psychological Review*. 60, 23-32.

Harmon-Jones, E., & Allen, J. J. B. (1997). Behavioral activation sensitivity and resting frontal EEG asymmetry: Covariation of putative indicators related to risk for mood disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 159-163.

Harmon-Jones, E., & Allen, J. J. B. (1998). Anger and frontal brain activity: EEG asymmetry consistent with approach motivation despite negative affective valence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1310-1316.

Harris, C. R. (2000). Psychophysiological responses to imagined infidelity: The specific innate modular view of jealousy reconsidered. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 1082-1091.

Harris, C. R. (2002). Sexual and romantic jealousy in heterosexual and homosexual adults. *Psychological Science*, 13,7-12.

Harris, J. R. (1998). *The nurture assumption: Why children turn out the way they do*. New York: Free Press.

Harter, S. (1999). *The construction of the self*. New York: Guilford.

Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.

Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 1-22.

Heatherton, T. F., & Baumeister, R. F. (1991). Binge eating as escape from self-awareness. *Psychological Bulletin*, I 10, 86-108.

Heider, E. R. (1972). Universals in color naming and memory. *Journal of Experimental Psychology*, 93, 10-20.

Heimpel, S. A., Wood, J. V., Marshall, M. A., & Brown, J. D. (2002). Do people with low self-esteem really want to feel better? Self-esteem differences in motivation to repair negative moods. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 128-147.

Heine, S. J., Kitayama, S., Lehman, D. R., Takata, T., Ide, E., Leung, C., & Matsumoto, H. (2001). Divergent consequences of success and failure in

Japan and North America: An investigation of self improving motivations and malleable selves. Journal *of Personality and Social Psychology*, 81, 599-615.

Heine, S. J., Lehman, D. R., Markus, H. R., & Kitayama, S. (1999). Is there a universal need for positive self-regard? *Psychological Review*, 106, 766-794.

Helson, R. (1993). Comparing longitudinal studies of adult development: Toward a paradigm of tension between stability and change. In D. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Eds.), *Studying lives through time* (pp. 93-120). Washington, DC: American Psychological Association.

Helson, R., & Stewart, A. (1994). Personality change in adulthood. In T. F. Heatherton & J. L. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 201-225). Washington, DC: American Psychological Association.

Henig, R. M. (2000). *The monk in the garden*. Boston: Houghton Mifflin.

Herrnstein, R. J., & Murray, C. (1994). *The bell curve: Intelligence and class structure in American life*. New York: Free Press.

Hess, A. K. (1992). Review of the NEO Personality Inventory. *Mental Measurements Yearbook*, 11, 603-605.

Hetherington, E. M., Reiss, D., & Plomin, R. (Eds.). (1994). *Separate social worlds of siblings: Impact of nonshared environment on development*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.

Higgins, E. T. (1989). Continuities and discontinuities in self-regulatory self-evaluative processes: A developmental theory relating self and affect. *Journal of Personality*, 57, 407-444.

Higgins, E. T. (1997). Beyond pleasure and pain. *American Psychologist*, 52, 1280-3000.

Higgins, E. T. (1999). Persons and situations: Unique explanatory principles or variability in general principles? In D. Cervone & Y. Shoda (Eds.), *The coherence of personality* (pp. 61-93). New York: Guilford.

Higgins, E.T. (2000). Making a good decision: Value from fit. *American Psychologist*, 55,1217-1227.

Higgins, E. T., Bond. R. N., Klein, R., & Strauman, T. (1986). Self-discrepancies and emotional vulnerability: How magnitude, accessibility, and type of discrepancy influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 5-15.

Higley, J. D., Mehlman, P. T., Higley, S. B. Femald, B., Vickers, J., Lindell, S. G., Taub, D. M., Suomi, S. J., & Linnoila, M. (1996). Excessive mortality in young free-ranging male nonhuman primates with low cerebrospinal fluid 5-hydroxyindoleacetic acid concentrations. *Archives of General Psychiatry*, 53, 537-543.

Hinkley, K., & Andersen, S. M. (1996). The working self-concept in transference: Significant-other activation and self change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1279-1295.

Hiroto, D. S. (1974). Locus of control and learned helplessness. *Journal of Experimental Psychology*, 102, 187-193.

Hoffman, L. W. (1991). The influence of the family environment on personality: Accounting for sibling differences. *Psychological Bulletin*, 110, 187-203.

Hogan, J., & Ones, D. S. (1997). Conscientiousness and integrity at work. In R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 849-870). San Diego, CA: Academic Press.

Hogan, R. (1982). On adding apples and oranges in personality psychology. *Contemporary Psychology*, 27, 851-852.

Hogan, R. (1991). Personality and personality measurement. In M. D. Dunnette & L. M. Hough (Eds.). *Handbook of industrial and organizational*

psychology (2nd ed., Vol. 2, pp. 873-919). Palo Alto, CA:Consulting Psychologists Press.

Hollon, S. D., DeRubeis, R. J., & Evans, M. D. (1987). Causal mediation of change in treatment for depression: Discriminating between nonspecificity and noncausality. *Psychological Bulletin*, 102,139-149.

Hollon, S. D., Shelton, R. C., & Davis, D. D. (1993). Cognitive therapy for depression: Conceptual issues and clinical efficacy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 270-275.

Horowitz, M. I. (Ed.). (1991). Person *schemas and maladaptive interpersonal patterns*. Chicago: University of Chicago Press.

Hough, L. M. (1992). The "Big Five" personality variables-construct confusion: Description versus prediction. *Human Performance*, 5, 139-155.

Hough, L. M., & Oswald, F. L. (2000). Personnel selection: Looking toward the future-Remembering the past. *Annual Review of Psychology*, 51,631-664.

Hull, C. L. (1943). Principles of behavior. New York: Appleton.

Humphreys, L. G. (1992). Commentary: What both critics and users of ability tests need to know. *Psychological Science*, 3,231-274.

Humphreys, L. G., & Davey, T. C. (1988). Continuity in intellectual growth from 12 months to 9 years. *Intelligence*, 12,183-197.

Hundleby, I. D., Pawlik, K., & Cat tell, R. B. (1965). Personality factors in objective test devices: *A critical integration of a quarter of a century's research*. San Diego, CA: Knapp.

Hyman, S. (1999). Susceptibility and "second hits." In R. Conlan (Ed.), *States of mind* (pp. 24-28). New York: Wiley.

Idson, L. C., & Mischel, W. (2001). The personality of familiar and significant people: The lay perceiver as a social-cognitive theorist. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 585-596.

Imber, S. D., Elkin, I., Watkins, J. T., Collins, J. F., Shea, M. T., Leber, W. R., & Glass, D. R. (1990). Mode-specific effects among three treatments for depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology,* 58, 352-359.

Ionescu, M. D., & Erdelyi, M. H. (1992). The direct recovery of subliminal stimuli. In R. Bornstein & T. S. Pittman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 143-169). New York: Guilford.

Isen, A. M. (2000). Positive affect and decision making. In M. Lewis & I. M. Haviland-Iones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 417-435). New York: Guilford.

Iyengar, S. S., & Lepper, M. R. (1999). Rethinking the value of choice: A cultural perspective on intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 349-366.

Izard, C. E. (1992). Basic emotions, relations among emotions, and emotion-cognition relations. *Psychological Review*, 99, 561-565.

Izard, C. E. (1993a). Four systems for emotion activation: Cognitive and noncognitive processes. *Psychological Review*, 100,68-90.

Izard, C. E. (1993b). Organizational and motivational functions of discrete emotions. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotion* (pp. 631--641). New York: Guilford.

Izard, C. E. (1994). Innate and universal facial expressions: Evidence from developmental and cross cultural research. *Psychological Bulletin*, 115, 288-299.

Izard, C. E., & Ackennan, B P. (2000). Motivational, organizational, and regulatory functions of discrete emotions. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 253-264). New York: Guilford. .

Izard, C. E., Fine, S., Schultz, D., Mostow, A., Ackennan, B., & Youngstrom, E. (2001). Emotion knowledge as a predictor of social behavior and academic competence in children at risk. *Psychological Science*, 12, 18-23.

Izard, C. E., Libero, D. Z., Putnam, P., & Haynes, O. M. (1993). Stability of emotion experiences and their relations to traits of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 847-860.

Jackson, D. N. (1984). *Personality research form manual* (3rd ed.). Port Huron, MI: Research Psychologists Press.

Jackson, D. N., & Messick, S. (1958). Content and style in personality assessment. *Psychological Bulletin*, 55, 243-252.

Jackson, D. N., & Messick, S. (Eds.). (1967). *Problems in assessment*. New York: McGraw-Hill.

Jackson, J. F. (1993). Human behavioral genetics, Scarr's theory, and her views on interventions: A critical review and commentary on their implications for Mrican American children. *Child Development*, 64, 1318-1332.

Jacoby, L. L., Allan, L. G., Collins, J. C., & Larwill, L. K. (1988). Memory influences subjective experience: Noise judgments. *Journal of Experimental Psychology*, 14, 240-247.

Jacoby, L. L., & Kelley, C. M. (1992). A process-dissociation framework for investigating unconscious influences: Freudian slips, projective tests, subliminal perception, and signal detection theory. *Current Directions in Psychological Science*, 1, 174-179.

Jacoby, L. L., Lindsay, D. S., & Toth, J. P. (1992). Unconscious influences revealed. *American Psychologist*, 47, 802-809.

Jacoby,L. L., Toth, J. P., Lindsay, D. S., & Debner, J. A. (1992). Lectures for a lay person: Methods for revealing unconscious processes. In R. F. Bornstein & T. S. Pittman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 81-120). New York: Guilford.

James, W. (1890). *Principles of psychology*. New York: Holt.

James, w. (1892). *Psychology: Brief course*. New York: Holt.

John, O. P. (1990). The "Big Five" factor taxonomy: Dimensions of personality in the natural language and in questionnaires. In L. A. Pervin (Ed.),

Handbook of personality: Theory and research (pp. 66-100). New York: Guilford.

John, O. P., & Robins, R. W. (1994). Accuracy and bias in self-perception: Individual differences in self-enhancement and the role of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 206-219.

John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five: History, measurement, and development. In L. A. Pervin & 0. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 102-138). New York: Guilford.

Jones, E. *The life and work of Sigmund Freud* (Vol. 1). New York: Basic Books, 1953.

Jones, E. E., & Pulos, S. M. (1993). Comparing the process in psychodynamic and cognitive-behavioral therapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 306-316.

Kagan, J. (1988). The meanings of personality predicates. *American Psychologist*, 43, 614-620.

Kagan, J. (1994). *Galen's prophecy*. New York Basic Books.

Kagan, J. (1999). Born to be shy? In R. Conlan (Ed.), *States of mind* (pp. 29-51). New York:

Kagan, J. & Snidman, N. (1991a). Infant predictors of inhibited and uninhibited profiles. *Psychological Science*, 2, 40-44.

Kagan, J. & Snidman, N. (1991b). Temperamental factors in human development. *American Psychologist*, 46, 856-862.

Kahn, S., Zimmernlan, G., Csikszentmihalyi, M., & Getzels, J. W. (1985). Relations between identity in young adulthood and intimacy at midlife. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 1316-1322.

Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (Eds.). (1999). *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation.

Kamin, J. (1974). *The science and politics of I.Q.* Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Kanagawa, C., Cross, S. E., & Markus, H. R. (2001). "Who am I?" The cultural psychology of the conceptual self. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 90-103.

Katigbak, M. S., Church, A. T., & Akamine, T. X. (1996). Cross-cultural generalizability of personality dimensions: Relating indigenous and imported dimensions in two cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*. 70, 99-114.

Katkin, E. S., Wiens, S., & Öhman, A. (2001). Nonconscious fear conditioning, visceral perception, and the development of gut feelings. *Psychological Science*, 12, 366-370.

Kazdin, A. (1994). Informant variability in the assessment of childhood depression. In W. M. Reynolds & H. F. Johnston (Eds.), *Handbook of depression in children and adolescents* (pp. 249-271). New York: Plenum.

Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs*. New York: Norton.

Kelly, G. A. (1958). Man's construction of his alternatives. In G. Lindzey (Ed.), *Assessment of human motives* (pp. 33-64). New York: Holt, Rinehart and Winston.

Keltner, D., & Ekman, P. (2000). Facial expression of emotion. In M. Lewis & J. M Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 236-251). New York: Guilford.

Kenny, D. A. (1994). *Interpersonal perception*. New York: Guilford.

Kenrick, D. T. (1994). Evolutionary social psychology: From sexual selection to social cognition. *Advances in Experimental Social Psychology*, 26,75-121.

Kenrick, D. T., & Funder, D. C. (1988). Profiting from controversy: Lessons from the person-situation debate. *American Psychologist*, 43, 23-34.

Kenrick, D. T., Sadalla, E. K., Groth, G., & Trost, M. R. (1990). Evolution, traits, and the stages of human courtship: Qualifying the parental investment model. *Journal of Personality*, 58, 97-116.

Kernberg, O. (1976). *Object relations theory and clinical psychoanalysis*. New York: Aronson.

Kiecolt-Glaser, J. K., McGuire, L., Robles, T. F., & Glaser, R. (2002). New perspectives from psychoneuroimmunology. *Annual Review of Psychology*, 53,83-107.

Kiecolt-Glaser, J. K., & Newton, T. L. (2001). Marriage and health: His and hers. *Psychological Bulletin*, 127,472-503.

Kiesler, D. J. (1991). Interpersonal methods of assessment and diagnosis. In C. R. Snyder & D. R. Forsyth (Eds.), *Handbook of social and clinical psychology* (pp. 438-468). Elmsford, NY: Pergamon.

Kihlstrom, J. F. (1987). The cognitive unconscious. *Science*, 237, 1445-1452.

Kihlstrom, J. F. (1990). The psychological unconscious. In L. A. Pervin (Ed.), Handbook *of personality: Theory and research* (pp. 445-464). New York: Guilford.

Kihlstrom, J. F. (1992). Dissociation and dissociations: A commentary on consciousness and cognition. *Consciousness and Cognition*, 1,47-53.

Kihlstrom, J.F. (1999). The psychological unconscious. In L. A. Pervin & 0. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 424-442). New York: Guilford.

Kihlstrom, J. F., Barnhardt, T. M., & Tataryn, D. J. (1992). The cognitive perspective. In R. F. Bornstein & T. S. Pittman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 17-54). New York: Guilford.

King, J. E., & Figueredo, A. J. (1997). The five-factor model plus dominance in chimpanzee personality. *Journal of Research in Personality*, 31, 257-271.

King, L. A. (2001). The health benefits of writing about life goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 798-807.

King, L. A., & Miner, K. N. (2000). Writing about the perceived benefits of traumatic events: Implications for physical health. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 220-230.

Kitayama, S., & Markus, H. R. (1999). Yin and yang of the Japanese self: The cultural psychology of personality coherence. In D. Cervone & Y. Shoda (Eds.), *The coherence of personality* (pp. 242-302). New York: Guilford.

Klein, G. S. (1951). The personal world through perception. In R. R. Blake & G. V. Ramsey (Eds.), *Perception: An approach to personality* (pp. 328-355). New York: Ronald.

Klein, G. S. (1954). Need and regulation. In M. R. Jones (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (pp. 224-274). Lincoln: University of Nebraska Press.

Klein, S. B., & Kihlstrom, J. F. (1998). On bridging the gap between social-personality psychology and neuropsychology. *Personality and Social Psychology Review*, 2,228-242.

Klein, S. B., Loftus, J., & Kihlstrom, J. F. (1996). Self-knowledge of an amnesic patient: Toward a neuropsychology of personality and social psychology. *Journal of Experimental Psychology; General*, 125, 250-260.

Klinger, E. (1977). *Meaning and void: Inner experience and the incentives in people's lives*. Minneapolis: University of Minnesota Press.

Klohnen, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1067-1079.

Kluft, R. P., & Fine, C. G. (Ects.). (1993). *Clinical perspectives on multiple personality disorder*. Washington, DC: American Psychiatric Press.

Koestner, R., & McClelland, D. C. (1990). Perspectives on competence motivation. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality; Theory and research* (pp. 527-548). New Yolk: Guilford.

Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. New York: International Universities Press.

Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press.

Kopta, S. M., Lueger, R. J., Saunders, S. M., & Howard, K. I. (1999). Individual psychotherapy outcome and process research: Challenges leading to greater turmoil or positive transition? *Annual Review of Psychology*, 50,441-469.

Krosnick, J. A., Betz, A. L., Jussim, L. J., & Lynn, A. R. (1992). Subliminal conditioning of attitudes. *Personality and Social Psychology Bulletin* ,18, 152-162.

Krueger, R. F. (2000). Phenotypic, genetic, and nonsharect environmental parallels in the structure of personality: A view from the Multidimensional Personality Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 1057-1067.

Krueger, R. F., Hicks, B. M., & McGue, M. (2001). Altruism and antisocial behavior: Independent tendencies, unique personality correlates, distinct etiologies. *Psychological Science*, 12, 397-402.

Kuhl, J., & Beckman, J. (Ects.). (1985). *Action control from cognition to behavior.* New York: Springer-Verlag.

Kunda, Z. (1987). Motivated inference: Self-serving generation and evaluation of causal theories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53,636-647.

Kunst-Wilson, W. R., & Zajonc, R. B. (1980). Affective discrimination of stimuli that cannot be recognized. *Science*, 207, 557-558.

Kurman, J. (2001). Self-enhancement: Is it restricted to individualistic cultures? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1705-1716.

La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 367-384.

Larsen, J. T., McGraw, A. P., & Cacioppo, J. T. (2001). Can people feel happy and sad at the same time? *Journal of Personality and Social Psychology*, 81. 684-696.

Larsen, R. J. (1991). Emotion. In V. J. Derlega, B. A. Winstead, & W. H. Jones (Ects.), *Personality* (pp. 407-432). Chicago: Nelson-Hall.

Latane, B., & Darley, J. M. (1970). *The unresponsive bystander.* Why doesn't he help? New York: Appleton -Century -Crofts .

Lau, R. R. (1982). Origins of health locus of control beliefs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 322-324.

Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process.* New York: McGraw-Hill.

Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation.* New York: Oxford University Press.

Lazarus, R. S. (1993a). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 55,234-247.

Lazarus, R. S. (1993b). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44, 1-21.

Lazarus, R. S. (1993c). Lazarus rise. *Psychological Inquiry*, 4,343-357.

Lazarus, R. S., & Folkman. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping.* New York: Springer-Verlag.

Lecky, P. (1945). *Self-consistency; A theory of personality.* New York: Island.

LeDoux, J. E. (1996). *The emotional brain.* New York: Simon & Schuster.

LeDoux, J. E. (1999). The power of emotions. In R. Conlan (Ed.), *States of mind* (pp. 123-149). New York:Wiley.

LeDoux, J. E., & Phelps, E. A. (2000). Emotional networks in the brain. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 157-172). New York: Guilford.

Lefcourt, H. M. (Ed.). (1984). *Research with the locus of control construct.* Orlando, FL: Academic.

Lepore, F. E. (2001). Dissecting genius: Einstein's brain and the search for the neural basis of intellect. *Cerebrum*, 3,11-26.

Lepper, M. R., & Greene, D. (Eds.). (1978). *The hidden costs of reward.* Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Levy, B., & Langer, E. (1994). Aging free from negative stereotypes: Successful memory in China and among the American deaf. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 989-997.

Lewicki, P. (1985). Nonconscious biasing effects of single instances of subsequent judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 563-574.

Lewin, K. A., Dembo, T., Festinger, L., & Sears, P. S. (1944). Level of aspiration. In J. McV. Hunt (Ed.), *Personality and the behavior disorders* (pp. 333-378). New York: Ronald.

Lewis, M. (1990a). Challenges to the study of developmental psychopathology. In M. Lewis & S. M. Miller (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology* (pp. 29-40). New York: Plenum.

Lewis, M. (1990b). Development, time, and catastrophe: An alternate view of discontinuity. In P. Baltes, D. L. Featherman, & R. Lerner (Eds.), *Life span development and behavior* (Vol. 10, pp. 325-350). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Lewis, M. (1991, May). *Development, history and other problems of time.* Paper presented at the Jean Piaget Society meeting, Philadelphia.

Lewis, M. (1992a). *Shame, the exposed self.* New York: Free Press.

Lewis, M. (1992b). Will the real self or selves please stand up? *Psychological Inquiry*, 3, 123-124.

Lewis, M. (1995). *Unavoidable accidents and chance encounters.* New York: Guilford.

Lewis, M. (2001). Issues in the study of personality development. *Psychological Inquiry*, 12, 67-83.

Lewis, M., & Brooks-Gunn, J. (1979). *Social cognition and the acquisition of self.* New York: Plenum.

Lewis, M., Feiring, C., McGuffog, C., & Jaskir, J. (1984). Predicting psychopathology in six year olds from early social relations. *Child Development*, 55, 123-136.

Lewis, M., & Haviland-lones, J. M. (Eds.). (2000). *Handbook of emotions*. New York: Guilford.

Lewis, M., Rosenthal, S., & Feiring, C. (200 1). Attachment over time. *Child Development*, 7 I, 707-720.

Lewis, M., Sullivan, M. W., & Brooks-Gunn, J. (1985). Emotional behavior during the learning contingency in early infancy. *British Journal of Developmental Psychology*, 3,307-316.

Lieberman, M. D., Ochsner, K. N., Gilbert, D. T., & Schacter, D. L. (2001). Do amnesics exhibit cognitive dissonance reduction? The role of explicit memory and attention in attitude change. *Psychological Science*, 12, 135-140.

Lilienfeld, S. O., Wood, J. M., & Garb, H. N. (2000). The scientific status of projective techniques. *Psychological Science in the Public Interest, 1*, 27-66.

Little, B. R. (1989). Personal projects analysis: Trivial pursuits, magnificent obsessions, and the search for coherence. In D. M. Buss & N. Cantor (Eds.), *Personality psychology: Recent trends and emerging directions* (pp. 15-31). New York: Springer-Verlag.

Little, B. R. (1999). Personality and motivation: Personal action and the conative revolution. In L. A. Pervin & 0. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 501-524). New York: Guilford.

Livesley, W. J. (2001). Can the five-factor model adequately represent psychopathy? *Journal of Personality*, 69, 253-276.

Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting and task performance*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Loeber, R., & Stouthamer-Loeber, M. (1998). Development of juvenile aggression and violence. *American Psychologist*, 53, 242-259.

Loehlin, J. C. (1992). *Genes and environment in personality development.* Newbury Park, CA: Sage.

Loftus, E. F. (1991). The glitter of everyday memory ...and the gold. *American Psychologist*, 46,16-18.

Loftus, E. F. (1993). The reality of repressed memories. *American Psychologist*, 48, 518-537.

Loftus, E. F., & Klinger, M. R. (1992). Is the unconscious smart or dumb? *American Psychologist*, 47, 761-765.

Lopez, S. R., & Guarnaccia, P. J. J. (2000). Cultural psychopathology: Uncovering the social world of mental illness. *Annual Review of Psychology*, 51,571-598.

Luborsky, L., Barber, J. P., & Beutler, L. (1993). Introduction to special section: A briefing on curative factors in dynamic psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 539-541.

Lykken, D. T. (1971). Multiple factor analysis and personality research. *Journal of Experimental Research in Personality*, 5, 161-170.

Lykken, D. T., Bouchard, T. J., Jr., McGue, M., & Tellegen, A. (1993). Heritability of interests: A twin study. *Journal of Applied Psychology*, 78,649-661.

Lykken, D. T., McGue, M., Tellegen, A., & Bouchard, T. J., Jr. (1992). Emergenesis: Traits that do may run in families. *American Psychologist*, 47, 1565-1577.

Maccoby, E. E. (2000). Parenting and its effects on children: On reading and misreading behavior genetics. *Annual Review of Psychology*, 51, 1-27.

MacDonald, D. A. (2000). Spirituality: Description, measurement, and relation to the five factor model of personality. *Journal of Personality*, 68, 153-197.

Magnusson, D. (1992). Individual development: A longitudinal perspective. *European Journal of Personality*, 6, 119-138.

Magnusson, D. (1999a). Holistic interactionism: A perspective for research on personality development. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 219-247). New York: Guilford.

Magnusson, D. (1999b). On the individual: A person-oriented approach to developmental research. *European Psychologist*, 4, 205-218.

Magnusson, D., Andersson, T., & Torestad, B. (1993). Methodological implications of a peephole perspective. In D. C. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Eds.), *Studying lives through time* (pp. 207-220). Washington, DC: American Psychological Association.

Magnusson, D., & Bergman, L. R. (2000). Individual development and adaptation: The IDA program. In C. G. Janson (Ed.), *Seven Swedish longitudinal studies in the behavioral sciences* (pp. 115-139). Stockholm: Swedish Council for Planning and Coordination of Research.

Magnusson, D., & Torestad, B. (1993). A holistic view of personality: A model revisited. *Annual Review of Psychology*, 44, 427-452.

Malatesta, C. Z. (1990). The role of emotions in the development and organization of personality. *Nebraska Symposium on Motivation*, 36, 1-56.

Marcel, A. (1983). Conscious and unconscious perception: Experiments on visual masking and word recognition. *Cognitive Psychology*, 15,197-237.

Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 551-558.

Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology* (pp.159-187). New York: Wiley.

Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63-78.

Markus, H. (1990). The willful self. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 16, 726-742.

Markus, H., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.

Markus, H., & Kitayama, S. (1998). The cultural psychology of personality. *Journal of Cross-cultural Psychology*, 29, 63-87.

Markus, H., Kitayama, S., & Heiman, R. (1996). Culture and basic psychological principles. In E. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 857-913). New York: Guilford.

Markus, H., & Kunda, Z. (1986). Stability and malleability of self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51,858-886.

Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41,954-969.

Markus, H., & Ruvolo, A. (1989). Possible selves: Personalized representations of goals. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 211-241). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Markus, H., & Sentis, K. (1982). The self in social information processing. In J. Suls (Ed.), *Psychological perspectives on the self* (pp. 41-70). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Martin, G. B., & Clark, R. D. (1982). Distress crying in neonates: Species and peer specificity. *Developmental Psychology*, 18,3-9.

Martin, R. A. (2001). Humor, laughter, and physical health: Methodological issues and research findings. *Psychological Bulletin*, 127, 504-519.

Maruta, T., Colligan, R. C., Malinchoc, M., & Offord, K. P. (2000). Optimists vs. pessimists: Survival rate among medical patients over a 30-year period. *Mayo Clinic Proceedings*, 75, 140-143.

Masling, J. M. (1992). What does it all mean? In R. F. Bornstein & T. S. Pittman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 259-276). New York: Guilford.

Masling, J. M., & Bornstein, R. F. (Eds.). (1993). *Psychoanalytic perspectives on psychopathology*. Washington, DC: American Psychological Association.

Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper.

Maslow, A. H. (1968). Toward a psychology of being. Princeton, NJ: Van Nostrand.

Maslow, A. H. (1971). *The farther reaches of human nature*. New York: Viking.

Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56, 227-238.

Masuda, T., & Nisbett, R. E. (2001). Attending holistically versus analytically: Comparing the context sensitivity of Japanese and Americans. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 922-934.

Matsumoto, D. (1993). Ethnic differences in affect intensity, emotion judgments, display rule attitudes, and self-reported emotional expression in an American sample. *Motivation and Emotion*, 17, 107-123.

Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17,433-442.

McAdams, D. P. (1988). *Intimacy, power, and the life history*. New York: Guilford.

McAdams, D. P. (1992). The five-factor model in personality: A critical appraisal. *Journal of Personality*, 60,329-361.

McAdams, D. P. (2001). *The person*. New York: Harcourt.

McCartney, K., Harris, M. J., & Bernieri, F. (1990). Growing up and growing apart: A developmental meta-analysis of twin studies. *Psychological Bulletin*, 107 , 226-237.

McClelland, D. C. (1951). *Personality*. New York: Sloane.

McClelland, D. C. (1961). *The achieving society*. Princeton, NJ: Van Nostrand.

McClelland, D. C. (1980). Motive dispositions: The merits of operant and respondent measures. *Review of Personality and Social Psychology*, 1, 10-41.

McClelland, D. C., Atkinson, J., Clark, R., & Lowell, E. (1953). *The achievement motive*. New York: Appleton -Century -Crofts .

McClelland, D. C., Koestner, R., & Weinberger, J. (1989). How do self-attributed and implicit motives differ? *Psychological Review*, 96,690-702.

McCrae, R. R. (1994). New goals for trait psychology. *Psychological Inquiry*, 5, 148-153.

McCrae, R. R. (2001). Five years of progress: A reply to Block. *Journal of Research in Personality*, 35, 108-113.

McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr. (1990). *Personality in adulthood.* New York: Guilford.

McCrae, R.R., & Costa, P. T., Jr., (1999). A five-factor theory of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality; Theory and research* (pp. 139-153). New York: Guilford.

McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr., del Pilar, G. H., Rolland, J-P., & Parker, W. D. (1998). Cross-cultural assessment of the five-factor model: The revised NEO Personality Inventory. *Journal of Cross- Cultural Psychology*, 29, 171-188.

McCrae, R. R., Costa, P. T., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hrebickova, M., Avia, M. D., Sanz, J., Sanchez-Bernardos, M. L., Kusdil, M. E., Woodfield, R., Saunders, P. R., & Smith, P. B. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and lifespan development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 173-186.

McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60, 175-215.

McDougall, W. (1930). Hormic psychology. In C. Murchison (Ed.), *Psychologies of 1930* (pp. 3-36). Worcester, MA: Clark University Press.

McGue, M., Bouchard, T. J., Jr., Iacono, W. G., & Lykken, D. T. (1993). Behavioral genetics of cognitive ability: A life-span perspective. In R. Plomin & G. E. McCleam (Eds.), *Nature, nurture, and psychology* (pp. 59-76). Washington, DC: American Psychological Association.

Mead, G. H. (1934). *Mind, self and society.* Chicago: University of Chicago Press.

Meehl, P. E. (1954). *Clinical versus statistical prediction.* Minneapolis: University of Minnesota Press.

Meehl, P. E. (1957). When shall we use our heads instead of a formula? *Journal of Counseling Psychology*, 4, 268-273.

Mendel, G. (1865/1966). Experiments on plant hybrids. In C. Stern & E. R. Sherwood (Eds.), *The origins of genetics; A Mendel source book.* San Francisco: Freeman.

Messer, S. B., & Warren, S. (1990). Persopality change and psychotherapy. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality; Theory and research* (pp. 371-398). New York: Guilford.

Meyer, G. J. (2001). Introduction to the final special section in the special series on the utility of the Rorschach for clinical assessment. *Psychological Assessment*, 13, 419-422.

Meyer, G. J., Finn, S. E., Eyde, L. D., Kay, G. G., Moreland, K. L., Dies, R. R., Eisman, E. J., Kubiszyn, T. W., & Reed. G. M (2001). Psychological testing and psychological assessment. *American Psychologist*, 56, 128-165.

Mikulciner, M., Florian, V., & Weller, A. (1993). Attachment styles, coping strategies, and post traumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64,817-826.

Miller, G. A., Galanter, E., & Pribram, K. H. (1960). Plans and the structure of behavior. New York: Holt, Rinehart and Winston.

Miller, J. G. (1984). Culture and the development of everyday social explanation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 961-978.

Miller, I. G. (1999). Cultural psychology: Implications for basic psychological theory. *Psychological Science*, 10, 85-89.

Miller, N. E. (1944). Experimental studies of conflict. In J. McV. Hunt (Ed.), *Personality and the behavior disorders* (pp. 431-465). New York: Ronald.

Miller, N. E. (1951). Comments on theoretical models: Illustrated by the development of a theory of conflict behavior. *Journal of Personality*, 20, 82-100.

Miller, S. M., & Schnoll, R. A. (2000). When seeing is feeling: A cognitive-emotional approach. In M. Lewis & I. M Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 538-557). New York: Guilford.

Miller, S. M., Shoda, Y., & Hurley, K. (1996). Applying cognitive-social theory to health-protective behavior: Breast self-examination in cancer screening. *Psychological Bulletin*, 119, 70-94.

Millon, T. (1981). *Disorders of personality*. New York: Wiley-Interscience.

Mineka, S. (1985). Animal models of anxiety-based disorders: Their usefulness and limitations. In A. H. Tuma & I. D. Maser (Eds.), *Anxiety and the anxiety disorders*. Hillsdale, NI: Erlbaum.

Mineka, S., Davidson, M., Cook, M., & Klein, R. (1984). observational conditioning of snake fear in rhesus monkeys. *Journal of Abnormal Psychology*, 93, 355-372.

Mischel, W. (1968). *Personality and assessment*. New York: Wiley.

Mischel, W. (1973). Toward a cognitive social learning reconceptualization of personality. *Psychological Review*, 80, 252-283.

Mischel, W. (1990). Personality dispositions revisited and revised: A view after three decades. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 111-134). New York: Guilford.

Mischel, W. (1999). Personality coherence and dispositions in a cognitive-affective personality system (CAPS) approach. In D. Cervone & Y. Shoda (Eds.), *The coherence of personality* (pp. 37-60). New York: Guilford.

Mischel, W., & Shoda, Y. (1995). A cognitive-affective system theory of personality: Reconceptualizing the invariances in personality and the role of situations. *Psychological Review*, 102, 246-286.

Mischel, W., & Shoda, Y. (1998). Reconciling processing dynamics and personality dispositions. *Annual Review of Psychology*, 49, 229-258.

Mischel, W., & Shoda, Y. (1999). Integrating dispositions and processing dynamics within a unified theory of personality: The cognitive-affective personality system. In L. A. Pervin & 0. P. Iohn (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 197-218). New York: Guilford.

Molfese, V. J., & Molfese, D. L. (Eds.). (2000). *Temperament and personality development across the life span*. Mahwah, NI: Erlbaum.

Monson, T. C., Hesley, I. W., & Chemick, L. (1982). Specifying when personality traits can and cannot predict behavior: An alternative to abandoning the attempt to predict single-act criteria. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 385-399.

Mook, D. G. (1987). *Motivation*. New York: Norton.

Morf, C. C., & Rhodewalt, F. (2001). Narcissism: A self-regulatory model. *Psychological Inquiry*, 12, 177-196.

Morris, M. W., & Peng, K. (1994). Culture and cause: American and Chinese attributions for social and physical events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 949-971.

Morse, R. C., & Stoller, D. (1982, September). The hidden message that breaks habits. *Science Digest*, p.28.

Moskowitz, D. S. (1986). Comparison of self-reports, reports by knowledgeable informants, and behavioral observation data. *Journal of Personality*, 54, 294-317.

Moskowitz, D. S. (1988). Cross-situational generality in the laboratory: Dominance and friendliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 829-839.

Muraven, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, 126, 247-259.

Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. New York: Oxford University Press.

Murray, H. A. (1951). Toward a classification of interaction. In T. Parsons & E. A. Shils (Eds.), *Toward a general theory of action* (pp. 434-464). Cambridge, MA: Harvard University Press.

Nasby, W. (1985). Private self-consciousness articulation of the self-schema, and recognition memory of trait adjectives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 704-709.

Nelson, T. (1978). Detecting small amounts of information in memory: Savings for nonrecognized items. *Journal of Experimental Psychology*, 4, 453-468.

Newell, A., Shaw, J. C., & Simon, H. (1958). Elements of a theory of human problem-solving. *Psychological Review*, 65, 151-166.

Newman, L. S. (2001). Coping and defense: No clear distinction. *American Psychologist*, 56, 760-761.

Newman,L. S., Duff, K. J., & Baumeister, R. F. (1997). A new look at defensive projection: Thought suppression, accessibility, and biased person perception. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 980-1001.

Newman, L. S., Higgins, E. T., & Vookles, J. (1992). Self-guide strength and emotional vulnerability: Birth order as a moderator of self -affect relations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 402-411.

Newton, T., Haviland, J., & Contrada, R. J. (1996). The face of repressive coping: Social context and the display of hostile expressions and social smiles. *Journal of Nonverbal Behavior*, 20, 3-22.

Nichols, D. S. (1992). Review of the MMPI-2. *Mental Measurements Yearbook, 11*, 562-565.

Nigg, J. T., & Goldsmith, H. H. (1994). Genetics of personality disorders: Perspectives from personality and psychopathology research. *Psychological Bulletin*, 115, 346-380.

Nisbett, R. E., Peng, K., Choi, I., & Norenzayan, A. (2001). Culture and systems of thought: Holistic versus analytic cognition. *Psychological Review*, 108, 291-310.

Nisbett, R., & Ross, L. (1980). *Human inference: Strategies and shortcomings of social judgment*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Nisbett, R. E., & Wilson, T. D. (1977). Telling more than we know: Verbal reports on mental processes. *Psychological Review*, 84, 231-279.

Norem, J. K. (1989). Cognitive strategies as personality: Effectiveness, specificity, flexibility, and change. In D. M. Buss & N. Cantor (Eds.), *Personality psychology: Recent trends and emerging directions* (pp. 45-60). New York: Springer-Verlag.

Norem, J. K., & Cantor, N. (1986). Defensive pessimism: "Harnessing" anxiety as motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1208-1217.

Norenzayan, A., Choi, I., & Nisbett, R. E. (2002). Cultural similarities and differences in social inference: Evidence from behavioral predictions and lay theories of behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 109-120.

Norenzayan, A., & Nisbett, R. E. (2000). Culture and causal cognition. *Current Directions in Psychological Science*, 9, 132-135.

Novacek, J., & Lazarus, R. S. (1989). The structure of personal commitments. *Journal of Personality*, 58, 693-715.

O'Connor, T. G., Deater-Deckard, K. Fulker, D., Rutter, M. L., & Plomin, R. (1996). Genotype-environment correlations in late childhood and early adolescence: Antisocial behavioral problems and coercive parenting. *Developmental Psychology*, 34, 970-981.

Office of Strategic Services (OSS) Assessment Staff. (1948). *Assessment of men*. New York: Rinehart.

Ogilive, D. M. (1987). The undesired self: A neglected variable in personality research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 379-385.

Oishi, S., Diener, E., Lucas, R. E., & Suh, E. (1999). Cross-national variation in predictors of life satisfaction: A perspective from goals and needs. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 980-990.

O'Leary, A. (1985). Self-efficacy and health. *Behavior Research and Therapy*, 23, 437-451.

O'Leary, A. (1990). Stress, emotion, and human immune function. *Psychological Bulletin*, 108, 363-382.

O'Leary, A. (1992). Self-efficacy and health: Behavioral and stress-physiological mediation. *Cognitive Therapy and Research*, 16, 229-245.

O'Leary, K. D., & Wilson, G. T. (1987). *Behavior therapy: Application and outcome*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Olson, J. M., Vernon, P. A., Jang, K. L., & Harris, J. A, (2001). The heritability of attitudes: A study of twins. Journal of Personality and Social Psychology, 80, 845-860.

Olson, M. A., & Fazio, R. H. (2001). Implicit attitude formation through classical conditioning. Psychological Science, 12,413-417.

Orne, M. T. (1962). On the social psychology of the psychological experiment: With particular reference to demand characteristics and their implications. American Psychologist. 17, 776-783.

Ortony, A., & Turner. T. J. (1990). What's basic about basic emotions? Psychological Review. 97,315-331.

Ouimette, P. C., & Klein, D. N. (1993). Convergence of psychoanalytic and cognitive-behavioral theories of depression. In J. M. Masling & R. F. Bornstein (Eds.). Psychoanalytic perspectives on psychopathology (pp. 191-223). Washington. DC: American Psychological Association.

Oysennan, D., Coon, H. M., & Kemmelmeier, M. (2002). Rethinking individualism and collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses. Psychological Bulletin, 128. 3-72.

Ozer, D. J. (1993). The Q-sort method and the study of personality development. In D. C. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Eds.), Studying lives through time (pp. 147-168). Washington, DC: American Psychological Association.

Pals, J. L. (1999). Identity consolidation, in early adulthood: Relations with ego-resiliency, the context of marriage, and personality change. Journal of Personality, 67, 295-329.

Pals, J. L. (2001). Identity: A contextualized mechanism of personality continuity and change. Psychological Inquiry, 12, 88-91.

Palys, T. S., & Little, B. R. (1983). Perceived life satisfaction and the organization of personal project systems. Journal of Personality and Social Psychology, 44, 1221-1230.

Panksepp, J. (2000). Emotions as natural kinds within the mammalian brain. In M. Lewis & J. Haviland (Eds.). Handbook of emotions (pp. 137-156). New York: Guilford.

Paterniti, M. (2000). Driving Mr. Albert: A trip across America with Einstein's brain. New York: The Dial Press.

Pat ton, C. J. (1992). Fear of abandonment and binge eating. Journal of Nervous and Mental Disease, 180. 484-490.

Paunonen, S. V., & Jackson, D. N. (2000). What is beyond the big five? Plenty! Journal of Personality, 68, 821-835.

Pedersen, N. L., Plomin, R., McClearn, G. E., & Friberg, L. (1988). Neuroticism, Extraversion, and related traits in adult twins reared apart and reared together. Journal of Personality and Social Psychology, 55,950-957.

Pedersen, N. L., Plomin, R., Nesselroade, J. R., & McClearn, G. E. (1992). A quantitative genetic analysis of cognitive abilities during the second half of the life span. Psychological Science, 3, 346-353.

Pekala, R. J. (1991). Quantifying consciousness: An empirical approach. New York: Plenum.

Pelham, B. W. (1991). On confidence and consequence: The certainty and importance of self-knowledge. Journal of Personality and Social Psychology, 60, 518-530.

Pelham, B. W., & Hetts, J. J. (1999). Implicit self-evaluation. Unpublished manuscript, State University of New York at Buffalo.

Pennebaker, J. W. (1989). Confession, inhibition, and disease. In L. Berkowitz (Ed.), Advances in experimental social psychology (Vol. 22, pp. 211-244). New York: Springer-Verlag.

Pennebaker, J. W. (1990). Opening up: The healing powers of confiding in others. New York: Morrow.

Pennebaker, J. W. (1993). Social mechanisms of constraint. In D. W. Wegner & J. W. Pennebaker (Eds.),

Handbook of mental control (pp. 200-219). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Pennebaker, J. W. (1997). Writing about emotional experiences as a therapeutic process. Psychological Science, 8, 162-166.

Pennebaker, J. W., & Chew, C. H. (1985). Behavioral inhibition and electrodennal activity during deception. Journal of Personality and Social Psychology, 49, 1427-1433.

Pennebaker, J. W., & Graybeal, A. (2001). Patterns of natural language use: Disclosure, personality, and social integration. Current Directions in Psychological Science, 10, 90-93.

Pennebaker, J. W., Kiecolt-Glaser, J. K., & Glaser, R. (1988). Disclosure of traumas and immune function: Health implications for psychotherapy. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56, 239-245.

Penner, L. A. (1997). Telling it like it is. Contemporary Psychology, 42, 28.

Persad, S. M., & Polivy, J. (1993). Differences between depressed and nondepressed individuals in the recognition of and response to facial emotional cues. Journal of Abnormal Psychology, 3, 358-368.

Pervin, L. A. (1963). The need to predict and control under conditions of threat. *Journal of Personality*, 31, 570-587.

Pervin, L. A. (1980). *The cognitive revolution and what it leaves out.* Unpublished manuscript. Rutgers University, New Brunswick, NJ.

Pervin, L. A. (1983). The stasis and flow of behavior: Toward a theory of goals. In M. M. Page (Ed.), *Personality: Current theory and research* (pp. 1-53). Lincoln: University of Nebraska Press.

Pervin, L. A. (1984). *Current controversies and issues in personality.* New York: Wiley.

Pervin, L. A. (Ed.). (1989). Goal concepts in personality and social psychology. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Pervin, L. A. (1991). Goals, plans, and problems in the self-regulation of behavior: The question of volition. In P. R. Pintrich & M. L. Maehr (Eds.), *Advances in motivation and achievement* (pp. 1-20). Greenwich, CT: JAI Press.

Pervin, L. A. (1993a). Pattern and organization: Current trends and prospects for the future. In K. Craik, R. Hogan, & R. N. Wolfe (Eds.), *Perspectives in personality* (pp. 69-84). Greenwich, CT: JAI Press.

Pervin, L. A. (1993b). *Personality: Theory and research* (6th ed.). New York: Wiley.

Pervin, L. A. (1993c). Personality and affect. In M. Lewis & J. Haviland (Eds.), *Handbook of emotion* (pp. 301-312). New York: Guilford.

Pervin, L. A. (1994a). A critical analysis of current trait theory. *Psychology Inquiry*, 5, 103-113.

Pervin, L. A. (1994b). Personality stability, personality change, and the question of process. In T. Heatherton & J. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 315-330). Washington, DC: American Psychological Association.

Pervin, L. A. (1999). Epilogue: Constancy and change in personality theory and research. In L. A. Pervin & , 0. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 689-704). New York: Guilford.

Pervin, L. A. (2002). *Current controversies and issues in personality*. New York: Wiley.

Pervin, L. A., & John, 0. P. (Eds.). (1999). *Handbook of personality: Theory and research*. New York: Wiley.

Pervin, L. A., & John, 0. P. (2001). *Personality: Theory and research*. New York: Wiley.

Pervin, L. A., & Yatko, R. J. (1965). Cigarette smoking and alternative methods of reducing dissonance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2, 30-36.

Peterson, C. (1991). The meaning and measurement of explanatory style. *Psychological Inquiry*, 2, 1-10.

Peterson, C., & Park, C. (1998). Learned helplessness and explanatory style. In D. F. Barone, M. Hersen, & V. B. Van Hasselt (Eds.), *Advanced personality* (pp. 287-310). New York: Plenum.

Peterson, C., Semmel, A., von Baeyer, C., Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Seligman, M. E. P. (1982). The Attributional Style Questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 287-300.

Pham, L. B., & Taylor, S. E. (1999). From thought to action: Effects of process- versus outcome-based mental simulations on performance. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 250-260.

Pickering, A. D., & Gray, J. A. (1999). The neuroscience of personality. In L. A. Pervin & 0. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 277-299). New York: Guilford.

Pincus, A. L., & Wiggins, J. S. (1990). Interpersonal problems and conceptions of personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 4, 342-352.

Pinker, S. (1997). *How the mind works*. New York: Norton.

Plomin, R. (1986). *Development, genetics, and psychology.* Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Plomin, R. (1990a). *Nature and nurture.* Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

Plomin, R. (1990b). The role of inheritance in behavior. *Science*, 248, 183-188.

Plomin, R. (1993). Nature and nurture: Perspective and prospective. In R. Plomin & G. E. McClearn (Eds.), *Nature, nurture, and psychology* (pp. 457-483). Washington, DC: American Psychological Association.

Plomin, R. (1994). *Genetics and experience: The interplay between nature and nurture.* Newbury Park, CA: Sage Publications.

Plomin, R., & Bergeman, C. S. (1991). The nature of nurture: Genetic influence on "environmental" measures. *Behavioral and Brain Sciences*, 14, 373-427.

Plomin, R., & Caspi, A. (1999). Behavioral genetics and personality. In L. A. Pervin & 0. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 251-276). New York: Guilford.

Plomin, R., Chipuer, H. M., & Loehlin, J. C. (1990). Behavioral genetics and personality. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and Research* (pp. 225-243). New York: Guilford.

Plomin, R., Coon, H., Carey, G., DeFries, J. C., & Fulker, D. W. (1991). Parent-offspring and sibling adoption analyses of parental ratings of temperament in infancy and early childhood. *Journal of Personality*, 59,705-732.

Plomin, R., & Crabbe, J. (2000). DNA. *Psychological Bulletin,* 126, 806-828.

Plomin, R., & Daniels, D. (1987). Why are children in the sanle family so different from each other? *Behavioral and Brain Sciences*, 10, 1-16.

Plomin, R., Emde, R. N., Braungart, J. M., Campos, J., Corley, R., Fulker, D. W., Kagan, J. S., Robinson, J., Zahn-Waxler, C., & DeFries, J. C. (1993). Genetic change and continuity from fourteen to twenty months: The MacArthur Longitudinal Twin Study. *Child Development*, 64, 1354-1376.

Plomin, R., & Neiderhiser, J. M. (1992). Genetics and experience. *Current Directions in Psychological Science*, 1, 160-163.

Plomin, R., & Rende, R. (1991). Human behavioral genetics. *Annual Review of Psychology*, 42, 161-190.

Plomin, R., & Saudino, K. J. (1994). Quantitative genetics and molecular genetics. In J. E. Bates & T. D. Wachs (Eds.), *Temperament: Individual differences at the interface of biology and behavior* (pp.143-171). Washington, DC: American Psychological Association.

Poetzl, O. (1917). The relationship between experimentally induced dream images and indirect vision. *Psychological Issues Monograph*, 1960, 2, 46-106.

Pomerantz, E. M., Saxon, J. L., & Oishi, S. (2000). The psychological trade-offs of goal investment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 617-630.

Ponomarev, I., & Crabbe, J. C. (1999). Genetic association between chronic ethanol withdrawal severity and acoustic startle parameters in WSP and WSR mice. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 23, 1730-1735.

Posner, M. J., & DiGirolanlo, G. J. (2000). Cognitive neuroscience: Origins and promise. *Psychological Bulletin*, 126, 873-889.

Prince, M. (1906). *The dissociation of personality*. New York: Longmans, Green.

Pritchard, D. A., & Rosenblatt, A. (1980). Racial bias in the MMPI: A methodological review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 263-267.

pyszczynski, T., Greenberg, J., & Solomon, S. (1997). Why do we need what we need? A terror management perspective on the roots of human social motivation. *Psychological Inquiry*, 8, 1-20.

pyszczynski, T., Greenberg, J., & Solomon, S. (2000). Proximal and distal defense: A new perspective on unconscious motivation. *Current Directions in Psychological Science*, 9, 156-159.

Rachman, S. (1999). Rapid and not-so-rapid responses to cognitive behavioral therapy. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 6, 293-294.

Raine, A., Lencz, T., Bihrle, S., LaCasse, L., & Colletti, P. (2000). Reduced prefrontal gray matter and reduced autonomic activity personality disorder. *Archives of General Psychiatry*, 57, 119-127.

Raskin, R., & Hall, C. S. (1979). A narcissistic personality inventory. *Psychological Reports*, 45, 55-60.

Raskin, R., & Hall, C. S. (1981). The Narcissistic Personality Inventory: Alternate form reliability and further evidence of construct validity. *Journal of Personality Assessment*, 45, 159-162.

Raskin, R., & Shaw, R. (1987). Narcissism and the use of personal pronouns. Unpublished manuscript.

Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 419-435.

Reiss, D., Neiderhiser, J. M., Hetherington, E. M., & Plomin, R. (2000). *The relationship code: Deciphering genetic and social influences on adolescent development*. Canlbridge, MA: Harvard University Press.

Riemann, R., Angleitner, A., & Strelau, J. (1997). Genetic and environmental influences on personality: A study of twins reared together using the self- and peer report NEO-FFI scales. *Journal of Personality*, 65, 449-476.

Roberts, B. W., Caspi, A., & Moffitt, T. E. (2001). The kids are alright: Growth and stability in personality development from adolescence to adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 670-683.

Roberts, B. W., & Del Vecchio, W. F. (2000). The rank-order consistency of personality traits from childhood to old age: A quantitative review of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 126, 3-25.

Roberts, B. W., & Hogan, R. (2001). Personality psychology in the workplace. Washington, DC: *American Psychological Association*.

Roberts, B. W., & Robins, R. W. (2000). Broad dispositions, broad aspirations: The intersection of personality traits among life goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 1284-1296.

Robins, C. J., & Hayes, A. M. (1993). An appraisal of cognitive therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 205-214.

Robins, L. N., & Rutter, M. (Eds.). (1990). *Straight and devious pathways from childhood to adulthood.* Cambridge, England: Cambridge University Press.

Robins, R., & John, 0. P. (1997). Self-perception, visual perspective, and narcissism: Is seeing believing? *Psychological Science*, 8, 37-42.

Robins, R. W., & Beer, J. S. (2001). Positive illusions about the self: Short-term benefits and long-term costs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 340-352.

Robins, R. W., Caspi, A., & Moffitt, T. (2000). *It's not just who you're with, it's who you are: Personality and relationship experiences across multiple relationships.* Unpublished paper, University of California-Davis.

Robins, R. W., Fraley, R. C., Roberts, B. W., & Trzesniewski, K. H. (2001). A longitudinal study of personality change in young adulthood. *Journal of Persnality*, 69, 617-640.

Robins, R. W., Hendin, H. M., & Trzesniewski, K. H. (2001). Measuring global self-esteem: Construct validation of a single-item measure and the Rosenberg Self-Esteem Scale. Personality and Social Psychology Bulletin, 27, 151-161.

Robins, R. W., John, O. P., Caspi, A., Moffitt, T. E., & Stouthamer-Loeber, M. (1996). Resilient, overcontrolled, and undercontrolled boys: Three replicable personality types. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 157-171.

Robins, R.W., Norem, J. K., & Cheek, J. M. (1999). Naturalizing the self. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 443-477). New York: Guilford.

Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy*. Boston: Houghton Mifflin.

Rogers, C. R. (1956). Some issues concerning the control of human behavior. *Science*, 124, 1057-1066.

Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin.

Rogers, C. R. (1966). Client-centered therapy. In S. Arieti (Ed.), *American handbook of psychiatry* (pp. 183-200). New York: Basic Books.

Roland, A. (1988). *In search of self in India and Japan*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Rolls, E. T. (2000). The brain and emotion. *Behavioral and Brain Sciences*, 23, 177-234.

Rosch, E., Mervis, C., Gray, W., Johnson, D., & Boyes-Braem, P. (1976). Basic objects in natural categories. *Cognitive Psychology*, 8, 382-439.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Rosenzweig, S. (1941). Need-persistive and ego-defensive reactions to frustration as demonstrated by an experiment on repression. *Psychological Review*, 48, 347-349.

Rothbart, M. K., Ahadi, S. A., & Evans, D.E. (2000). Temperament and personality: Origins and outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 122-135.

Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (1998). Temperament. In W. Damon (Ed.), *Handbook of child psychology: Volume 3. Social, emotional, and personality development* (5th ed., pp. 105-176). New York:Wiley.

Rotter, J. B. (1954). *Social learning and clinical psychology*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs, 80* (Whole No.609).

Rotter, J. B. (1971). Generalized expectancies for interpersonal trust. *American Psychologist*, 26,443-452.

Rotter, J. B. (1981). The psychological situation in social learning theory. In D. Magnusson (Ed.), *Toward a psychology of situations*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Rotter, J. B. (1990). Internal versus external control of reinforcement. *American Psychologist*, 45,489-493.

Rovee-Collier, C. (1993). The capacity for long-term memory in infancy. *Current Directions in Psychological Science*, 2, 130-135.

Rowe, D. C. (1993). Genetic perspectives on personality. In R. Plomin & G. E. McClearn (Eds.), *Nature, nurture and psychology* (pp. 179-196). Washington, DC: American Psychological Association.

Rowe, D. C. (1994). *The limits of family influence*. New York: Guilford Press.

Rowe, D. C. (1999). Heredity. In v. J. Derlega, B. A. Winstead, & W. H. Jones (Eds.), *Personality: Contemporary theory and research* (pp. 66-100). Chicago: Nelson-Hall.

Rozin, P., & Fallon, A. E. (1987). A perspective on disgust. *Psychological Review*, 94,23-41.

Rozin, P., & Zellner, D. (1985). The role of Pavlovian conditioning in the acquisition of food likes and dislikes. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 443, 189-202.

Rudman, L. A., Greenwald, A. G., & McGhee, D. E. (2001). Implicit self-concept and evaluative implicit gender stereotypes: Self and ingroup share desirable traits. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1164-1178.

Ryan, R. M. (1998). Human psychological needs and the issues of volition, control, and outcome focus. In J. Heckhausen & C. S. Dweck (Eds.), *Motivation and self-regulation across the life span* (pp. 114-133). New York: Cambridge University Press.

Ryan. R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.

Ryff. C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1-28.

Salili, F. (1994). Age, sex, and cultural differences in the meaning and dimensions of achievement. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20. 635-648.

Salovey, P., Bedell, B. T., Detweiler, J. B., & Mayer, J. D. (2000). Current dimensions in emotional intelligence research. In M. Lewis & J. M Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 504-520). New York: Guilford.

.Salovey, P., Rothman, A. J., Detweiler, J. B., & Steward, W. T. (2000). Emotional states and physical health. *American Psychologist*, 55,110-121.

Sapolsky, R. M. (1994). *Why zebras don't get ulcers*. New York: W. H. Freeman.

Saucier. G., & Goldberg, L. R. (2001). Lexical studies of indigenous personality factors: Premises, products, and prospects. *Journal of Personality*, 69, 847-879.

Scarr, S. (1992). Developmental theories for the 1990s: Development and individual differences. *Child Development*, 63, 1-19.

Scarr. S. (1993). Biological and cultural diversity: The legacy of Darwin for development. *Child Development*. 64, 1333-1353.

Schacht. T. E. (1993). How do I diagnosis thee? Let me count the dimensions. *Psychological Inquiry*. 4. 115-119.

Schacter, D. L. (1987). Implicit memory: History and current status. *Journal of Experimental Psychology*, 13.501-518.

Schacter, D. L., & Badgaiyan, R. D. (2001). Neuroimaging of priming: New perspectives on implicit and explicit memory. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 1-4.

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1987). Dispositional optimism and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies on health. *Journal of Personality*, 55, 169-210.

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1993). On the power of positive thinking: The benefits of being optimistic. *Psychological Science*, 2, 26-30.

Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.

Scheier, M. F., Magovem, G. J., Sr., Abbott, R. A., Matthews, K. A., Owens, J. F., Lefebvre, R. C., & Carver, C. S. (1989). Dispositional optimism and recovery from coronary artery bypass surgery: The beneficial effects on physical and psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1024-1040.

Scheier, M. F., Mat thews, K. A., Owens, J. F., Schulz, R., Bridges, M. W., Magovem, G, J., Sr., & Carver, C. S. (1999). Optimism and rehospitalization following coronary bypass graft surgery. Archives of Internal Medicine, 159, 829-835.

Scheier, M. F., Weintraub, J. K., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress: Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1257-1264.

Scherer, K., & Wallbott, H. G. (1994). Evidence for universality and cultural variation of differential emotional response patterning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 310-328.

Schiff, M.. Duyme, M., Dumaret, A., & Tonkiewicz, S. (1982). How much could we boost scholastic achievement IQ scores? A direct answer from a French adoption study. *Cognition*, 12, 165-196.

Schlenker, B. R., & Weigold, M. F. (1989). Goals and the self- identification process: Constructing desired identities. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology* (pp. 243-290). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Schmidt. F. L., & Ones, D. S. (1992). Personnel selection. *Annual Review of Psychology*, 43, 627-670.

Schreiber, F. R. (1973). *Sybil*. Chicago: Regnery.

Schwartz, I. M., Stoessel, P. W., Baxter, L. R., Martin, K. M., & Phelps, M. E. (1996). Systematic changes in cerebral glucose metabolic rate after successful behavior modification treatment of obsessive-com-pulsive disorders. *Archives of General Psychiatry*, 53,109-113.

Schwarz, N. (1999). Self-reports: How the questions shape the answers. *American Psychologist*, 54, 93-105.

Schwarzer, R. (Ed.). (1992). *Self-efficacy: Thought control of action*. Washington, DC: Hemisphere.

Scott, I. P., & Fuller, I. L. (1965). *Genetics and the social behavior of the dog*. Chicago: University of Chicago Press.

Searle I. R. (2000). A philosopher unriddles the puzzle of consciousness. *Cerebrum*, 2, 44-54.

Sears. R. R. (1944). Experimental analysis of psychoanalytic phenomena. In J. McV. Hunt (Ed.), *personality and the behavior disorders* (pp. 306-332). New York: Ronald.

Sedikides, C. (1993). Assessment, enhancement, and verification determinants of the self-evaluation process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 317-338.

Segal, Z. V., & Dobson, K. S. (1992). Cognitive models of depression: Report from a consensus development conference. *Psychological Inquiry*, 3,219-224.

Segal, z. V., & Muran, I. C. (1993). A cognitive perspective on self-representation in depression. In Z. V. Segal & S. J. Blatt (Eds.), *The self in emotional distress* (pp. 131-170). New York: Guilford.

Segerstrom, S. C. (2001). Optimism and attentional bias for negative and positive stimuli. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1333-1343.

Segerstrom, S. C., Taylor, S. E., Kemeny, M.E., & Fahey, I. L. (1998). Optimism associated with mood, coping, and immune change in response to stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1646-1655.

Seligman, M E. P. (1971). Phobias and preparedness. *Behavior Therapy*, 2,307-320.

Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness*. San Francisco: Freeman.

Seligman, M. E. P, & Csikszentrnihalyi, M. (2000). Positive psychology. *American Psychologist*, 55, 5-14.

Shedler, J., Mayman, M., Manis, M. (1993). The illusion of mental health. American Psychologist, 48, 1117-1131. ,

Sheldon, K. M., & Elliot, A. J.(1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 482-497.

Sheldon, K. M., Elliot, A. J., Kim, Y., & Kasser, T. (2001). What is satisfying about satisfying events? Testing 10 candidate psychological needs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80,325-339.

Sheldon, K. M., & Houser-Marko, L. (2001). Self-concordance, goal attainment, and the pursuit of happiness: Can there be an upward spiral? *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 152-165.

Sheldon, K. M., & Kasser, T. (1998). Pursuing personal goals: Skills enable progress but not all progress is beneficial. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 546-557.

Sheldon, K. M., & King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56, 216-217.

Shevrin, H. (1992). Subliminal perception, memory and consciousness: Cognitive and dynamic perspectives. In R. F. Bomsein & T. S. Pittman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 123-142). New York: Guilford.

Shevrin, H., & Luborsky, L. (1958). The measurement of preconscious perception in dreams and images: An investigation of the Poetzl phenomenon. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 58, 285-294.

Shields, S. (1975). Functionalism, Darwinism, and the psychology of women: A study in social myth. *American Psychologist*, 30, 739-754.

Shiner, R. L. (2000). Linking childhood personality with adaptation: Evidence for continuity and change across time into late adolescence. Journal *of Personality and Social Psychology*, 78,310-325.

Shoda, Y., Mischel, W., & Peake, P. K. (1990). Predicting adolescent cognitive and self-regulatory competencies from preschool delay of gratification: Identifying diagnostic conditions. *Developmental Psychology*, 67,674-687.

Shoda, Y., Mischel, W., & Wright, I. C. (1994). Intra-individual stability in the organization and patterning of behavior: Incorporating psychological situations into the idiographic analysis of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67,674-687.

Shweder, R. A., & D' Andrade, R. G. (1980). The systematic distortion hypothesis. In R. A. Shweder (Ed.), *Fallible judgement in behavioral research* (pp. 37-58). San Francisco: Jossey-Bass.

Shweder, R. A., & Haidt, J. (2000). The cultural psychology of the emotions: Ancient and new. In M. Lewis & I. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 397-414). New York: Guilford.

Siegel, B. S. (1986). *Love, medicine, and miracle.* New York: Harper & Row.

Siegel, B. S. (1989). *Peace, love, and healing.* New York: Harper & Row.

Siegler, R. S. (2000). Unconscious insights. *Current Directions in Psychological Science*, 9, 79-83.

Silverman, L. H. (1976). Psychoanalytic theory: The reports of its death are greatly exaggerated. *American Psychologist*, 31, 621-637.

Silverman, L. H. (1982). A comment on two subliminal psychodynamic activation studies. *Journal of Abnormal Psychology*, 91, 126-130.

Silverman, L. H., Ross, D. L., Adler, J. M., & Lustig, D. A. (1978). Simple research paradigm for demonstrating subliminal psychodynamic activation: Effects of oedipal stimuli on dart-throwing accuracy in college men. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 341-357.

Silverman, L. H., & Weinberger, J. (1985). Mommy and I are one: Implications for psychotherapy. *American Psychologist*, 40, 1296-1308.

Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 971-980.

Simpson, J. A. (1999). Attachment theory in modern evolutionary perspective. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment* (pp. 115-140). New York: Guilford.

Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals. *Personality and Social Psychology Bulletin*,20, 580-591.

Singer, J. A., & Salovey, P. (1993). *The remembered self.* New York: Free Press.

Skinner, B. F. (1974). *About behaviorism.* New York: Knopf.

Skinner, N. S. F., & Howarth, E. (1973). Cross-media independence of questionnaire and objective test personality factors. *Multivariate Behavioral Research*, 8, 23-40.

Slade, A., & Aber, J. L. (1992). Attachments, drives, and development: Conflicts and convergences in theory. In J. W. Barron, M. N. Eagle, & D. L. Wolitzky (Eds.), *Interface of psychoanalysis and psychology* (pp. 154-185). Washington, DC: American Psychological Association.

Sloane, R. B., Staples, F. R., Cristol, A. H., Yorkston, N. J., & Whipple, K. (1975). *Psychoanalysis versus behavior therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Smith, C. P. (Ed.). (1992). *Motivation and personality: Handbook of thematic content analysis*. New York: Cambridge University Press.

Smith, R. E., Leffingwell, T. R., & Ptacek, J. T. (1999). Can people remember how they coped? Factors associated with discordance between same-day and retrospective repoorts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 1050-1061.

Smith, S. M. (2000). *Self-esteem accessibility: Measurement and correlates*. Unpublished manuscript, North Georgia College and State University.

Smith, T. W., Pope, M. K., Rhodewalt, F., & Poulton, J. L. (1989). Optimism, neuroticism, coping, and symptom reports: An alternative interpretation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 640-648.

Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (Eds.). (2001). *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.

Snyder, M. (1981). On the influence of individuals on situations. In N. Cantor & J. F. Kihlstrom (Eds.), *Personality, cognition, and social interaction* (pp. 309-329). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Soldz, S., Budman, S., Demby, A., & Merry, J. (1993). Representation of personality disorders in cir-cumplex and five-factor space: Explorations with a clinical sample. *Psychological Assessment*, 5, 41-52.

Spalding, L. R., & Hardin, C. D. (1999). Unconscious unease and self-handicapping: Behavioral consequences of individual differences in implicit and explicit self-esteem. *Psychological Science*, 10,535-538.

Spence, D. P. (1982). *Narrative truth and historical truth: Meaning and intelpretation in psychoanalysis*. New York: Norton.

Spence, D. P. (1987). *The Freudian metaphor*. New York: Norton.

Sroufe, L. A., Carlson, E., & Shulman, S. (1993). Individuals in relationships: Development from infancy. In D. C. Funder, R. D. Parke, C. Tomlinson-Keasey, & K. Widaman (Eds.), Studying *lives through time* (pp. 315-342). Washington, DC: American Psychological Association.

Sroufe. L. A., Duggal, S., Weinfield, N., & Carlson, E. (2000). Relationships, development, and psychopathology. In A. J. Sameroff, M. Lewis, & S. M. Miller (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology* (pp. 75-92). New York: Kluwer Academic/Plenum.

Stagner, R. (1937). *Psychology of personality*. New York: McGraw-Hill.

Steele, C. M., & Spencer, S. J. (1992). The primacy of self-integrity. *Psychological Inquiry*, 3,345-346.

Stern, C., & Sherwood, E. R. (1966). *The origins of genetics*. San Francisco: W. H. Freeman.

Sternberg, R. J., & Grigorenko, E. L. (1997). Are cognitive styles still in style? *American Psychologist*, 52,700-712.

Stewart, A. J. (1992). Scoring manual for psychological stances toward the environment. In C. P. Smith (Ed.). *Motivation and personality: Handbook of thematic content analysis* (pp. 451-488). New York: Cambridge University Press.

Strauman, T. J. (1992a). Self-guides autobiographical memory, and anxiety and dysphoria. *Journal of Abnormal Psychology*, 101,87-95.

Strauman, T. J. (1992b). Self, social cognition, and psychodynamics: Caveats and challenges for integration. *Psychological Inquiry*, 3, 67-71.

Strauman, T. J., & Higgins, E. T. (1993). The self construct in social cognition: Past, present, and future. In Z. Siegel & S. Batt (Eds.), *The self in emotional distress* (pp. 3-40). New York: Guilford.

Strauman, T. J., Lemieux, A. M., & Coe, C. L. (1993). Self-discrepancy and natural killer cell activity: Immunological consequences of negative self-evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 1042-1052.

Strickland, B. R. (1989). Internal-external control expectancies: From contingency to creativity. *American Psychologist*, 44, 1-12.

Strube, M. J. (1990). In search of self: Balancing the good and the true. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 16, 699-704.

Suinn, R. M. (2001). The terrible twos-Anger and anxiety. *American Psychologist*, 56, 27-36.

Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.

Sundberg, N. D., & Gonzales, L. R. (1981). Cross-cultural and cross-ethnic assessment: A review and issues. In R. McReynolds (Ed.), *Advances in psychological assessment* (Vol. 5, pp. 460-510). San Francisco: Jossey-Bass.

Suomi, S. J. (1999). Attachment in rhesus monkeys. In J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment* (pp. 181-197). New York: Guilford.

Suomi, S. J. (2000). A biobehavioral perspective on developmental psychopathology. In A. Sameroff, M. Lewis, & S. M. Miller (Eds.), *Handbook of developmental psychopathology* (pp. 237-256). New York: Guilford.

Swann, W. B., Jr. (1991). To be adored or to be known? The interplay of self-enhancement and self-verification. In E. T. Higgins & R. M. Sorrentino (Eds.), *Handbook of motivation and cognition* (pp. 408-450). New York: Guilford.

Swann, W. B., Jr. (1992). Seeking "truth," finding despair: Some unhappy consequences of a negative self-concept. *Current Directions in Psychological Science*, I, 15-18.

Swann, W. B., Jr. (1997). The trouble with change: Self-verification and allegiance to the self. *Psychological Science*, 8, 177-180.

Swann, W. B., Jr., De La Ronde, C., & Hixon, J. G. (1994). Authenticity and positivity strivings in marriage and courtship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 857-869.

Swann, W. B., Jr., Griffin, J. J., Jr., Predmore, S. C., & Gaines, B. (1987). The cognitive-affective crossfire: When self-consistency confronts self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 59--66.

Swann, W. B., Jr., Hixon, J. G., & De La Ronde, C. (1992). Embracing the bitter "truth." *Psychological Science*, 3, 118-121.

Swann, W. B., Jr., Pelham, B. W., & Krull, D. S. (1989). Agreeable fancy or disagreeable truth? Reconciling self-enhancement and self-verification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 782-791.

Swann, W. B., Jr., & Read, S. J. (1981). Acquiring self-knowledge: The search for feedback that fits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41,1119-1128.

Swann, W. B., Jr., Stein-Seroussi, A., & Giesler, R. B. (1992). Why people self-verify. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62,392-401.

Swann, W. B., Jr., Wenzlaff, R. M., Krull, D. S., & Pelham, B. W. (1992). The allure of negative feedback: Self-verification strivings among depressed persons. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 293-306.

Taft, R. (1959). Multiple methods of personality assessment. *Psychological Bulletin*, 52, 1-23.

Tang, T. Z., & DeRubeis, R. J. (1999a). Reconsidering rapid early response in cognitive behavioral therapy for depression. *Clinical Psychology; Science and Practice*, 6, 283-288.

Tang, T. Z., & DeRubeis, R. J. (1999b). Sudden gains and critical sessions in cognitive-behavioral therapy for depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67, 894-904.

Taylor, S. E., Kemeny, M. E., Reed, G. M., Bower, J. E., & Gruenewald, T. L. (2000). Psychological resources, positive illusions, and health. *American Psychologist*, 55, 99-109.

Tellegen, A. (1991). Personality traits: Issues of definition, evidence and assessment. In D. Cicchetti & W. Grove (Eds.), *Thinking clearly about psychology; Essays in honor of Paul Everett Meehl* (pp. 10-35). Minneapolis: University of Minnesota Press.

Tellegen, A. (1993). Folk concepts and psychological concepts of personality and personality disorder. *Psychological Inquiry*, 4, 122-130.

Tellegen, A., & Waller, N. (in press). Exploring personality through test construction: Development of the Multidimensional Personality Questionnaire. In S. R. Briggs & J. M. Cheek (Eds.), *Personality measures; Development and evaluation*. Greenwich, CT: JAI Press.

Tesser, A. (1988). Toward a self-evaluation model of social behavior. *Advances in Experimental Social Psychology*, 21,181-227.

Tesser, A. (1993). The importance of heritability in psychological research: The case of attitudes. *Psychological Review*, 100, 129-142.

Tesser, A. (2001). On the plasticity of self-defense. *Current Directions in Psychological Science*, 10, 66-69.

Tesser, A., Pilkington, C. J., & McIntosh, W. D. (1989). Self-evaluation maintenance and the meditational role of emotion: The perception of friends and strangers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57,442-456.

Thigpen, C. H., & Cleckley, H. (1954). *The three faces of Eve*. Kingsport, TN: Kingsport Press.

Thorne, A. (1989). Conditional patterns, transference, and the coherence of personality across time. In D. M. Buss & N. Cantor (Eds.), *Personality psychology; Recent trends and emerging directions* (pp. 149-159). New York: Springer-Verlag.

Tice, D. M. (1991). Esteem protection or enhancement? Self-handicapping motives and attributions differ by trait self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60,711-725.

Tolman, E. C. (1925). Purpose and cognition: The determiners of animal learning. *Psychological Review*, 32, 285-297.

Tolman, E. C. (1932). *Purposive behavior in animals and men.* New York: Century.

Tomkins, S. S. (1962). Commentary. The ideology of research strategies. In S. Messick & J. Ross (Eds.), *Measurement in personality and cognition* (pp. 285-294). New York: Wiley.

Tomkins, S. S. (1963). *Affect, imagery, consciousness: The negative affects.* New York: Springer.

Tomkins, S. S. (1981). The quest for primary motives: Biography and autobiography of an idea. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 306-329.

Tomkins, S. S. (1991). *Affect, imagery, consciousness; Anger and fear.* New York: Springer.

Tooby, J., & Cosmides, L. (1990). On the universality of human nature and the uniqueness of the individual: The role of genetics and adaptation. *Journal of Personality*, 58, 17--68.

Tooby, J., & Cosmides, L. (1992). The psychological foundations of culture. In J. H. Barkow, L. Cosmides, & J. Tooby (Eds.), *The adapted mind; Evolutionary psychology and the generation of culture.* New York: Oxford University Press.

Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism*. Boulder, CO: Westview Press.

Trivers, R. (1972). Parental investment and sexual selection. In B. Campbell (Ed.), *Sexual selection and the descent of man*; 1871-1971 (pp. 136-179). Chicago: Aldine.

Trull, T. J. (1992). DSM-III-R personality disorders and the five-factor model of personality: An empirical comparison. *Journal of Abnormal Psychology*, 101,553-560.

Tryon, R. C. (1940). Genetic differences in maze learning in rats. In *National Society for the Study of Education*. Bloomington, IL: Public School Publishing.

Tulving, E. (1993). Self-knowledge of an amnesic is represented abstractly. In T. K.Sroll & R. S. Wyer (Eds.), *Advances in social cognition* (Vol. 5, pp. 147-156). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Turkheimer, E. (1991). Individual and group differences in adoption studies of IQ. *Psychological Review*, 110, 392-405.

Turkheimer, E. (2000). Three laws of behavior genetics and what they mean. *Current Directions in Psychological Science*, 9, 160-164.

Van IJzendoorn, M. H., & Sagi, A. (1999). Cross-cultural patterns of attachment. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment* (pp. 713-734). New York: Guilford.

Wachs, T. D. (1992). *The nature of nurture*. Newbury Park, CA: Sage.

Wachtel, P. (Ed.). (1982). *Resistance: Psychodynamic and behavioral approaches*. New York: Plenum.

Waddington, C. H. (1957). *The strategy of genes*. New York: Macmillan.

Waller, N. G., & Shaver, P. R. (1994). The importance of nongenetic influences on romantic love styles. *Psychological Science*, 5, 268-274.

Wallerstein, R. S. (1989). The psychotherapy research project of the Menninger Foundation: An overview. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 195-205.

Wallston, K. A., & Wallston, B. S. (1981). Health locus of control scales. In H. M. Lefcourt (Ed.), *Research with the locus of control construct* (pp. 189-243). New York: Academic.

Wampold, B. E. (2001). *The great psychotherapy debate*. Mahwah, NJ: Erlbaum.

Wang, Q. (2001). Culture effects on adults' earliest childhood recollection and self-description: Implications for the relation between memory and the self. *Journal of Personality and Social Psychology, 81, 220-233.*

Watson, D. (1988). Intraindividual and interindividual analyses of positive and negative affect: Their relation to health complaints, perceived stress, and daily activities. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1020-1030.

Watson, D. (1989). Strangers' ratings of the five robust personality factors: Evidence of a surprising convergence with self-reports. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 120-128.

Watson, D. (2000). *Mood and temperament*. New York: Guilford.

Watson, D., & Clark, L. A. (1984). Negative affectivity: The disposition to experience aversive emotional states. *Psychological Bulletin*, 96, 465-490.

Watson, D., & Clark, L. A. (1992). On traits and temperament: General and specific factors of emotional experience and their relation to the five-factor model. *Journal of Personality*, 60,441-476.

Watson, D., & Clark, L. A. (1993). Behavioral disinhibition versus constraint: A dispositional perspective. In D. W. Wegner & J. W. Pennebaker (Eds.), *Handbook of mental control* (pp. 506-527). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Watson, D., Hubbard, B., & Wiese, D. (2000). Self-other agreement in personality and affectivity: The role of acquaintanceship, trait visibility, and assumed similarity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 546-558.

Watson, D., & Pennebaker, J. W. (1989). Health complaints, stress, and distress: Exploring the central role of Negative Affectivity. *Psychological Review*, 96, 234-254.

Watson. D., Wiese, D., Vaidya, J., & Tellegen, A. (1999). The two general activation systems of affect: Structural findings. evolutionary considerations, and psychological evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 820-838.

Watson, J. B. (1919). Psychology from the standpoint of a behaviorist. Philadelpbia: Lipincott.

Watson, J. B. (1928). *The ways of behaviorism*. New York: Harper.

Watson, J. B. (1930). *Behaviorism*. Chicago: University of Chicago Press.

Watson, J. B., & Rayner, R. (1920). Conditioned emotional reactions. *Journal of Experimental Psychology*, 3, 1-14.

Wegner, D. M. (1992). You can't always think what you want: Problems in the suppression of unwanted thoughts. *Advances in Experimental Social Psychology*. 25,193-225.

Wegner. D. M. (1994). Ironic processes of mental control. *Psychological Review*, 101, 34-52.

Wegner, D. M., Schneider, D. J., Carter, S. R., & White, T. L. (1987). Paradoxical effects of thought suppression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53,5-13.

Wegner. D. M., Shortt, G. W., Blake, A. W., & Page. M. S. (1990). The suppression of exciting thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58,409-418.

Weinberger, J. (1992). Validating and demystifying subliminal psychodynamic activation. In R. F. Bornstein & T. S. Pittman (Eds.), *Perception without awareness* (pp. 170-188). New York: Guilford.

Weinberger, J. (2002). *Unconscious processes*. New York: Guilford.

Weinberger, J., & Silverman, L. H. (1987). Subliminal psychodynamic activation: A method for studying psychoanalytic dynamic propositions. In R. Hogan & W. Jones (Eds.), *Perspectives in personality: Theory, measurement, and interpersonal dynamics* (pp. 251-287). Greenwich, CT: JAI Press.

Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 92, c/l 548-573.

Weiner, B. (1990). Attribution in personality psychology. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 465-485). New York: Guilford.

Weiner, B. (1992). *Human motivation*. Newbury Park, CA: Sage.

Weiner, B. (1993). On sin versus sickness: A theory of perceived responsibility and social motivation. *American Psychologist*, 48, 957-965,

Weiner, B., & Graham, S. (1999). Attribution in personality psychology. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 605-628). New York: Guilford.

Weiner, J. (1999). *Time, love, memory*. New York: Knopf.

Weiskrantz, L. (1986). *Blindsight*. Oxford: Oxford University Press.

Weiss, J., & Sampson, H. (1986). *The psychoanalytic process*. New York: Guilford.

Weisz, J. R., McCarty, C. A., Eastman, K. L., Chaiyasit, W., & Suwanlert, S. (1997). Developmental psychopathology and culture: Ten lessons from Thailand. In S. S. Luthar, J. A. Burack, D. Cicchetti, & J. R. Weisz (Eds.), *Developmental psychopathology: Perspectives on adjustment, risk, and disorder* (pp. 568-592). Cambridge: Cambridge University Press.

Werker, J. (1989). Becoming a native listener. *American Scientist*, 77, 54-59.

Westen, D. (1992). The cognitive self and the psychoanalytic self: Can we put ourselves together? *Psychological Inquiry*, 3, 1-13.

Westen, D. (1998). The scientific legacy of Sigmund Freud: Toward a psychodynamically informed Psychological science. *Psychological Bulletin*, 124, 333-371.

Westen, D., & Gabbard, G.O. (1999). Psychoanalytic approaches to personality. In L. A. Pervin & 0. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 57-101). New York: Guilford.

Whalen, P. J. (1999). Fear, vigilance, and ambiguity: Initial neuroimaging studies of the human amygdala. *Current Directions in Psychological Science*, 7, 177-188.

Whisman, M. A. (1993). Mediators and moderators of change in cognitive therapy of depression. *Psychological Bulletin*, 114, 248-265.

White, G. M. (1993). Emotions inside out: The anthropology of affect. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 29-40). New York: Guilford.

White, R. W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, 66, 297-333.

White, T. L., & Depue, R. A. (1999). Differential association of traits of fear and anxiety with norepi-nephrine- and dark-induced pupil reactivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 863-877.

Widiger, T. A. (1992). Categorical versus dimensional classification: Implications from and for research. *Journal of Personality Disorders*, 6, 287-300.

Widiger, T. A. (1993). The DSM-III-R categorical personality disorder diagnoses: A critique and an alternative. *Psychological Inquiry*, 4, 75-90.

Widiger, T. A. (1994). LSB on the SASH, FFM, and IPC. *Psychological Inquiry*, 5, 329-332.

Widiger, T. A., Verheul, R., & van den Brink, W. (1999). Personality and psychopathology. In L. A. Pervin & 0. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 347-366). New York: Guilford.

Wiedenfeld, S. A., Bandura, A., Levine, S., O'Leary, A., Brown, S., & Raska, K. (1990). Impact of perceived self-efficacy in coping with stressors in components of the immune system. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1082-1094.

Wiener, N. (1948). *Cybernetics*. New York: Wiley.

Wierzbicka, A. (1999). *Emotions across languages and cultures: Diversity and universals*. New York: Cambridge University Press.

Wiggins, J. S. (1973). *In defense of traits*. Unpublished manuscript. University of British Columbia, Vancouver.

Wiggins, J. S. (1991). Agency and communion as conceptual coordinates for the understanding and measurement of interpersonal behavior. In D. Cicchetti & W. Grove (Eds.), *Thinking clearly about psychology: Essays in honor of Paul Everett Meehl* (pp. 89-113). Minneapolis: University of Minnesota Press.

Wiggins, J. S., Phillips, N., & Trapnell, P. (1989). Circular reasoning about interpersonal behavior: Evidence concerning some untested assumptions underlying diagnostic classification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 296-305.

Wiggins, J. S., & Pincus, A. L. (1992). Personality: Structure and assessment. *Annual Review of Psychology*, 43, 473-504.

Wilson, G. (1978). Introversion/extroversion. In H. London & J. E. Exner (Eds.), *Dimensions of personality* (pp. 217-261). New York: Wiley.

Wilson, G. T. (1999). Rapid response to cognitive behavior therapy. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 6, 289-292.

Wilson, T. D. (1994). The proper protocol: Validity and completeness of verbal reports. *Psychological Science*, 5, 249-252.

Wilson, T. D., & Stone, J. I. (1985). Limitations of self-knowledge: More on telling more than we can know. *Review of Personality and Social Psychology*, 6, 167-184.

Wilson, W. R. (1979). Feeling more than we can know: Exposure effects without learning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 811-821.

Winter, D. G. (1973). *The power motive*. New York: Free Press.

Winter, D. G. (1988). The power motive in women and men. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 510-519.

Winter, D. G. (1992). Content analysis of archival productions, personal documents, and everyday verbal productions. In C. P. Smith (Ed.), *Motivation and personality: Handbook of thematic content analysis* (pp. 110-125). Cambridge, England: Cambridge University Press.

Winter, D. G. (1993). Power, affiliation, and war: Three tests of a motivational model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 532-545.

Winter, D. G., John, O. P., Stewart, A. J., Klohnen, E.C., & Duncan, L. E. (1998). Traits and motives: Toward an integration of two traditions in personality research. *Psychological Review*, 105, 230-250.

Witelson, S. F., Kigar, D. L., & Harvey, T. (1999). The exceptional brain of Albert Einstein. *Lancet*, 353, 2149-2153.

Witkin, H. A. (1973). The role of cognitive style in academic performance and in teacher-student relations. Educational Testing Service Research Bulletin. Princeton, NJ: Educational Testing Services.

Witkin, H. A., Dyk, R. B., Faterson, H. F., Goodenough, D. R., & Karp, S. A. (1962). *Psychological.differentiation*. New York: Wiley.

Witkin, H. A., Lewis, H. B., Hertzman, M., Machover, K., Meissner, P. B., & Wapner, S. (1954). *Personality through perception*. New York: Harper & Row.

Woike, B. A., & McAdams, D. P. (2001). TAT-based personality measures have considerable validity. *Psychological Science in the Public Interest*, 14, 10.

Wood, J. M., Bootzin, R. R., Kihlstrom, J. F., & Schacter, D. L. (1992). Implicit and explicit memory for verbal information presented during sleep. *Psychological Science*, 3, 236-239.

Wortman, C. B., & Loftus, E. F. (1992). *Psychology*. New York: McGraw-Hill.

Wright, L. (1997). *Twins: And what they tell us about who we are*. New York: Wiley.

Wylie, R. C. (1961). *The self-concept*. Lincoln: University of Nebraska Press.

Yang, K., & Bond, M. H. (1990). Exploring implicit personality theories with indigenous or important constructs: The Chinese case. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 1087-1095.

Yik, M. S. M., & Bond, M. H. (1993). Exploring the dimensions of Chinese person perception in indigenous and imported constructs: Creating a culturally balanced scale. *International Journal of Psychology*, 28, 75-95.

Young, J. E., Beck, A. T., & Weinberger, A. (1993). Depression. In D. H. Harlow (Ed.), *Clinical handbook of psychological disorders* (2nd ed., pp. 240-277). New York: Guilford.

Young, P. T. (1961). *Motivation and emotion*. New York: Wiley.

Zajonc, R. B. (1968). The attitudinal effects of mere exposure. *Journal of Personality and Social Psychology Monograph, 9*, Part 2.

Zuckerman, M. (1991). *Psychobiology of personality*. New York: Cambridge University Press.

Zuckerman, M., Joireman, J., Kraft, M., & Kuhlman, D. M. (1999). Where do motivational and emotional traits fit within three factor models of personality? *Personality and Individual Differences*, 26, 487-504.

المؤلف فى سطور:

لورانس برڤين

أستاذ علم النفس بجامعة روتجرز، وهو مؤلف لأكثر من ستين بحثًا نُشرت بالمجلات العلمية، وعدّة كتب منها: **خلافات وقضايا فى الشخصية** (الطبعة الثانية ٢٠٠٢)، وحرر كتاب "**مفاهيم فى الشخصية وعلم النفس الاجتماعى**" ١٩٨٩، وشارك أوليفرز جون فى تحرير كتاب "**مصدر فى الشخصية: النظرية والبحث**" (١٩٩٩)، وشارك كاريى كوير فى تحرير كتاب "**الشخصية: مفاهيم حرجة فى علم النفس**" ١٩٩٨ .

المترجمون فى سطور:

الأستاذ الدكتور عبد الحليم محمود السيد

أستاذ علم النفس بكلية الآداب، جامعة القاهرة، **والذى قام بمراجعة هذا الكتاب وترجمة خمسة فصول منه، وله ١٢ بحثًا منشورًا فى مجلات (عربية أو أجنبية)**، منها: نحو جامعة تُنمى قدرات التفكير الإبداعى والاستدلالى والناقد، (١٩٩٩) **و٢٨ بحثًا منشورًا فى كتب مستقلة منها: السمات الشخصية والسياق النفسى الاجتماعى للأحداث الجانحين والمعرضين للانحراف فى مصر، (٢٠٠٨)**، (تحت النشر)، **الأسس النفسية لإعداد المقررات الدراسية بمراحل التعليم العام (قبل الجامعى)**، بما يُنمى قدرات الإبداع، (٢٠٠٥)، **مشكلة المخدرات والشباب فى الوطن العربى**، دراسة لدرجة انتشار المعلومات والخبرات بالمخدرات بين الشباب من تلاميذ الثانوى العام بالبلاد العربية؛ (١٩٩٧)، **تعاطى تلاميذ المدارس الثانوى فى مدينة القاهرة الكبرى المواد المؤثرة فى الأعصاب، (١٩٩١)، الترتيب القيمى لمشكلات المجتمع المصرى: دراسة مسحية ميدانية لعينة ممثلة للجمهور المصرى العام**، وعينة للجمهور الخاص (١٩٨٦)، **الأسرة وإبداع الأبناء**، (١٩٨٠)، **العنف الجماهيرى التلقائى مثيراته وأساليب الوقاية منه، (١٩٧٦)، وله ١٣ كتابًا مؤلفًا منها: تذكر المسنين، (٢٠٠٦)، علم النفس الاجتماعى المعاصر**، (مع آخرين)، (٢٠٠٤)، **علم النفس العام**، (مع آخرين)، (١٩٩١)، **وله ٦ كتب مترجمة**، منها: **الاتجاهات الحديثة فى دراسة التأخر العقلى، (١٩٨٦)، و٤٤ بحثًا أُلقيت فى مؤتمرات وندوات، منها**: أسس الخدمة النفسية للمسنين فى البلاد العربية، **مؤتمر الدوحة العالمى لرعاية المسنين، أبريل (٢٠٠٥)**، وأشرف على **١٧ رسالة دكتوراه و٣٢رسالة ماجستير**، وناقش **٢٢ رسالة دكتوراه، و٣٢ رسالة ماجستير** .

الدكتور أيمن محمد عامر:

أستاذ مساعد بقسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة القاهرة، **قام بترجمة أربعة فصول من هذا الكتاب** له بحوث ميدانية فى مجال الإبداع، مثل: **الحل الإبداعى للمشكلات بين الوعى والأسلوب، (٢٠٠٣)**، واقع الدراسات النفسية للإبداع فى مصر، وعدد من المقالات التى تقدم تصورات مقترحة، مثل: الإبداع وأساليب تنميته، إطار تصنيفى، الإبداع والتعاطى: تصور مقترح لمداخل العلاقة بينهما . **وتنمية مهارات التفكير الإبداعى**، فصل كتاب محرر بعنوان: **التفكير العلمى أسسه ومهارته**، القاهرة، (٢٠٠٦)، وله بحوث منشورة فى كتب محررة، حول انتشار تعاطى المخدرات لدى تلاميذ المدارس الثانوية (العامة والفنية وسكان الريف)، التى يصدرها البرنامج الدائم لبحوث تعاطى المخدرات، وشارك فى ترجمة "**مصدر فى علم نفس الإبداع**"، تحرير ستيرنبرج .

الدكتور محمد يحيى الرخاوى:

مدرس علم النفس بقسم علم النفس، بكلية الآداب، جامعة القاهرة، **قام بترجمة أربعة فصول من هذا الكتاب**، له بحوث حول **العلاقة بين الفائض اللفظى فى الكلام الشفاهى، وكل من القدرات الإبداعية وسمات الشخصية، ألفاظ الاستعانة وعلاقتها بكل من الأساليب المعرفية والثقافية**، قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة القاهرة، (٢٠٠٢)، الفرق بين وصمة المدمن ووصمة المدمنة وعلاقته بالفروق بين الجنسين، (تحت الطبع) .

التصحيح اللغوى : حسن خضر
الإشـــراف الفنى : حسن كامل

إلى أى حد تستقر الشخصية عبر الزمن؟ وعبر المواقف؟ وكيف نستطيع أن نضع فى حسابنا الاستقرار والتغير؟ وكيف تؤثر كل من المورِّثات ومتغيرات البيئة (أو كيف يتفاعل الطبع مع التطبع فى إنتاج شخصية الفرد؟ وكيف وإلى أى مدى تؤثر العمليات اللاشعورية فيما نشعر به ونفعله؟ وما وظيفة الذات؟ وإلى أى حد يختلف مفهوم الذات عبر الثقافات؟ وهل يؤثر كل من التفكير والمشاعر فى الصحة النفسية والجسمية؟ وما علاقة مناهج علم النفس العصبى بجهودنا فى فهم وظائف الشخصية؟

مثل هذه الأسئلة وغيرها، تبرز موضوع البحوث المعاصرة فى الشخصية، وهو الأساس لما سيتم تقديمه فى هذا الكتاب.

تصميم الغلاف: عبد الحكيم صالح

علي مولا